

Alfred Adler (1933)

Le sens de la vie

Étude de psychologie individuelle.

Traduction de l'Allemand par le Dr. H. Schaffer en 1950.

Un document produit en version numérique par Gemma Paquet, bénévole,
professeure à la retraite du Cégep de Chicoutimi
Courriel: mgpaquet@videotron.ca

dans le cadre de la collection: "Les classiques des sciences sociales"
fondée dirigée par Jean-Marie Tremblay,
professeur de sociologie au Cégep de Chicoutimi
Site web: http://www.uqac.quebec.ca/zone30/Classiques_des_sciences_sociales/index.html

Une collection développée en collaboration avec la Bibliothèque
Paul-Émile-Boulet de l'Université du Québec à Chicoutimi
Site web: <http://bibliotheque.uqac.quebec.ca/index.htm>

Cette édition électronique a été réalisée par Gemma Paquet, bénévole, professeure à la retraite du Cégep de Chicoutimi à partir de :

Alfred Adler (1933)

Le sens de la vie. Étude de psychologie individuelle.

Une édition numérique réalisée à partir du livre d'Alfred Adler (1933), *Le sens de la vie. Étude de psychologie individuelle*. Traduction de l'Allemand par le Dr. H. Schaffer en 1950. Paris : Éditions Payot, 1968, 220 pages. Collection : Petite bibliothèque Payot. Traduction précédemment publiée dans la Bibliothèque scientifique des Éditions Payot.

Polices de caractères utilisée :

Pour le texte: Times, 12 points.

Pour les citations : Times 10 points.

Pour les notes de bas de page : Times, 10 points.

Édition électronique réalisée avec le traitement de textes Microsoft Word 2001 pour Macintosh.

Mise en page sur papier format
LETTRE (US letter), 8.5'' x 11''

Édition complétée le 22 février 2003 à Chicoutimi, Québec.



Table des matières

[Préface à l'édition française](#) par M. Laignel-Lavastine

[Avertissement du traducteur](#), le Dr Herbert Schaffer

[Introduction](#)

1. - [Notre opinion sur nous-mêmes et sur le monde](#)
2. - [Moyens psychologiques comme voies d'exploration du style de vie](#)
3. - [Les problèmes de la vie](#)
4. - [Le problème du corps et de l'âme](#)
5. - [Morphologie, dynamisme et caractère](#)
6. - [Le complexe d'infériorité](#)
7. - [Le complexe de supériorité](#)
8. - [Les types d'échecs](#)
9. - [Le monde fictif de l'enfant gâté](#)
10. - [Qu'est-ce en réalité qu'une névrose ?](#)
11. - [Les perversions sexuelles](#)
12. - [Les premiers souvenirs d'enfance](#)
13. - [Conditions défavorables au développement social chez l'enfant et moyens d'y remédier](#)
14. - [Rêves éveillés et rêves nocturnes](#)
15. - [Le sens de la vie](#)

Annexe : [Rapports entre conseiller et consultant](#)

[Questionnaire de psychologie individuelle](#)

Alfred Adler (1870-1937)

Né en 1870 dans un faubourg de Vienne, Alfred ADLER est, avec C. G. Jung, l'un des principaux disciples et dissidents de Freud. Ancien professeur au Long Island Medical College de New York, il est considéré encore aujourd'hui comme l'un des pionniers de la psychologie des profondeurs. Il est mort en 1937 à Aberdeen, en Écosse, où il était venu faire des conférences.

Depuis la fin de la deuxième guerre mondiale, l'enseignement adlérien se répand de plus en plus et son retentissement est considérable sur l'évolution des idées en psychologie, en pédagogie et en médecine.

Du même auteur, chez le même éditeur

Le tempérament nerveux.

La compensation psychique de l'état d'infériorité des organes, suivi de : le problème de l'homosexualité.

L'enfant difficile (P.B.P. n° 15).

Pratique et théorie de la psychologie individuelle comparée.

Connaissance de l'homme (P.B.P. n° 90).

Religion et psychologie individuelle comparée.

[Retour à la table des matières](#)

Dr ALFRED ADLER

LE SENS
DE
LA VIE

Étude de psychologie individuelle comparée

Cet ouvrage, traduit par le Dr H. SCHAFFER, a été précédemment publié dans la « Bibliothèque Scientifique » aux Éditions Payot, Paris. Petite bibliothèque Payot

Le sens de la vie est le dernier ouvrage d'Adler et comme le testament de ses idées philosophiques et psychiatriques. C'est un apport original et indéniable à l'évolution de l'esprit humain.

[Retour à la table des matières](#)

Préface à l'édition française

*du Professeur M. Laignel-Lavastine
Membre de l'Académie Nationale de Médecine*

[Retour à la table des matières](#)

En France on cite plus souvent Adler qu'on ne le lit.

Nous avons déjà deux bonnes traductions du *Tempérament nerveux*, psychologie individuelle comparée avec application à la psychothérapie, ouvrage capital d'Adler, et *Connaissance de l'homme*, étude de caractérologie individuelle partant du « Connais-toi toi-même » de Socrate mais démontrant qu'on ne peut arriver à cette connaissance sans une analyse approfondie de la psychophysiologie de l'enfant.

C'est donc une heureuse pensée qu'a eue mon ami le Docteur Schaffer de nous donner une traduction du *Sens de la vie* de l'ancien professeur au Long Island Medical College de New York.

C'est qu'Adler, né à Vienne en 1870, commença sa carrière en Autriche pour la terminer en Amérique.

Docteur en médecine de la Faculté de Vienne en 1895, il suivit d'abord le sillage de Freud. Reconnaisant la haute valeur d'investigation psychique de la psychanalyse, mais n'acceptant pas les outrances du pansexualisme il se sépara de Freud. À partir de 1912 il organisa des centres de consultations psychopédagogiques dans trente écoles de Vienne. Il put ainsi creuser de plus en plus la psychologie des enfants. En 1914 il fonda la Revue Internationale de Psychologie individuelle où il mit l'accent sur le caractère unique de chaque personne humaine. Agrégé à l'Institut de pédagogie de Vienne en 1924 il accepta l'offre de la Columbia University de New York et fut chargé en 1927 du Cours de Psychologie médicale. Le succès de son enseignement lui valut en 1932 une chaire professorale au Long Island Medical College de New York. Enfin en 1935 il fonda le Journal of Individual Psychology, publié aux États-Unis.

C'est dès 1910 qu'il s'était séparé de Freud après sa « Critique de la théorie sexuelle freudienne de la vie psychique » et avait créé la Société de psychologie individuelle.

Au cours de voyages en France il exposa sa théorie à la Sorbonne en 1926 et au Cercle Laennec dirigé par le R. P. Riquet en 1937. Il y insista sur le sentiment social comme facteur de base de la vie psychique. Il est donc par ce côté existentialiste.

Il mourut à Aberden en 1937. Ses disciples sont nombreux tant dans les pays de langue allemande que dans les pays de langue anglaise et même française.

Notre traducteur, Herbert Schaffer, né le 12 juillet 1909 à Suceava en Bucovine, aux belles églises à fresques extérieures, fit ses études universitaires d'abord à Toulouse en 1928 et 29 puis à Paris où il fut nommé externe des hôpitaux en 1931 et passa sa thèse de doctorat en 1935.

Depuis 1930 il est l'élève d'Adler. Il a suivi ses cours de vacances à Vienne de 1930 à 1933, à Londres en 1935 et 36, à Amsterdam et Hamersfoort (école de philosophie) en 1936 et 1937.

C'est dire que mon ami Schaffer, nourri de la pensée d'Adler depuis vingt ans et possédant l'allemand comme sa langue maternelle et le français comme sa langue d'élection, était particulièrement apte à traduire le Sens de la vie.

Le lecteur pourra juger de son succès dans une tâche ardue.

En effet la pensée d'Adler est quelquefois enveloppée dans une phrase un peu longue. D'autre part à la manière des fugues de Jean-Sébastien Bach il reprend souvent la même idée sous des formes différentes.

Mais ainsi les grandes idées directrices sur le style de vie de chacun, les complexes d'infériorité et de supériorité, les types d'échecs, le monde fictif de l'enfant gâté, le rôle primordial des premiers souvenirs d'enfance pour la compréhension du coefficient réactionnel individuel s'impriment profondément dans l'esprit du lecteur qui accepte volontiers les conclusions de l'auteur sur les conditions défavorables au développement normal de l'enfant et les moyens d'y remédier.

Le mouvement déclenché par Adler prend chaque jour plus d'ampleur. A Paris la création d'une chaire de neuropsychiatrie infantile met l'accent sur le rôle capital des toutes premières années de l'enfant dans la courbe future du développement de sa personnalité.

On voit donc l'intérêt très actuel de cette traduction et je suis sûr d'exprimer l'opinion de tous en félicitant le Docteur Schaffer de son travail difficile mais réussi et qui portera ses fruits dans le domaine psychologique et pédagogique.

M. LAIGNEL-LAVASTINE.

Professeur et membre de l'Académie Nationale de Médecine

Avertissement du traducteur

[Retour à la table des matières](#)

Le Sens de la vie est le dernier ouvrage d'Alfred Adler et comme le testament de ses idées philosophiques et psychiatriques.

Il avait publié auparavant *Studie über Minderwertigkeit von Organen* (*Étude sur l'infériorité des organes*). Cette étude contient en germe toute la théorie adlérienne. L'auteur souligne la relativité de la valeur anatomique et fonctionnelle des différents organes, valeur relative qui devient manifeste au contact avec le monde environnant et ses exigences. Cette infériorité cherche sa compensation dans la superstructure psychique de l'individu.

*Der nervöse Charakter (Le Tempérament nerveux)*¹ est l'étude des racines et du développement du sentiment d'infériorité et de sa compensation asociale dans le sens d'une fiction renforcée comme idée directrice de la névrose.

Heilen und Bilden (Guérir et Instruire) est consacré au rôle du médecin en tant qu'éducateur et traite du problème si important de l'éducation des parents.

*Praxis und Theorie der Individualpsychologie (Pratique et théorie de la psychologie individuelle)*². On trouve dans cet ouvrage un recueil de conférences et d'articles sur des sujets théoriques et pratiques concernant l'étiologie et le traitement des névroses; quelques analyses littéraires, des pages sur la psychologie de l'enfant délaissé, sur la prostitution, des conseils sur l'éducation d'après le concept de la psychologie individuelle.

*Menschenkenntnis (1926) (Connaissance de l'homme)*³ présente au public les fondements de la Psychologie adlérienne et son utilité pour l'amélioration de nos rapports et de notre commerce avec les hommes, ainsi que pour l'organisation de notre propre vie. L'idée fondamentale de ce livre s'inspire de l'analyse des causes de l'inefficacité ou du manque d'efficacité de nos actions dans la société. Ce manque d'efficacité ressort de l'attitude asociale de l'individu.

Die Technik der Individualpsychologie (1930) (La technique de la psychologie individuelle). Tout art a sa technique. L'auteur s'est attaché à exposer l'art de l'éducation. Une suite de types caractérologiques, de défauts caractériels avec l'analyse de leur structure psychique, leurs erreurs et la technique de leur guérison nous font pénétrer dans l'art si subtil de l'éducateur.

Un très grand nombre de brochures, d'articles, d'essais parus dans différents périodiques témoignent de l'infatigable productivité de cet esprit.

Der Sinn des Lebens (1933) (Le Sens de la vie) résume les idées sur la plasticité de la matière organique, sur ses facultés d'adaptation et ses mécanismes de sécurité. Parmi ces facultés se place chez l'être humain la fonction la plus noble de la matière organique : la fonction psychique. L'auteur y expose les lois de finalité, de compensation et de surcompensation qui régissent la vie psychique. Il suit dans son dynamisme la compensation du sentiment d'infériorité, compensation défectueuse avec son cortège de névrose, perversion sexuelle, toxicomanie ou délinquance - ou compensation «réussie» où le développement de l'individu a su «s'ajuster» à la collectivité grâce au sentiment social existant et progressivement croissant. Plus que dans

¹ Traduction française chez Payot, Paris.

² Traduction française chez Payot, Paris.

³ Traduction française chez Payot, Paris.

ses œuvres antérieures, Adler insiste sur le sentiment social et sur l'importance du sens de nos responsabilités sociales vis-à-vis de nos semblables. Toute analyse d'une aberration psychique dévoile un défaut du sentiment social. La guérison du névrosé ne se réalisera que grâce à la compréhension de ce fait.

Ce même thème est exposé dans ses œuvres publiées en langue anglaise :

The Science of Living (La science de la vie).

Problems of Neurosis (Problèmes de la névrose).

The Pattern of Life (Le style de vie).

What Life should mean to you (Notre opinion sur le sens de la vie).

Social Interest : A Challenge to Mankind (L'intérêt social : un défi à l'humanité).

Comme *médecin*, Adler a établi un mode de traitement de la névrose, une technique qui peut être enseignée et un système théorique qui forme un tout homogène, grâce auquel nous pouvons pénétrer dans la structure parfois apparemment si obscure d'une névropathie.

D'une façon générale, on constate aujourd'hui en psychiatrie une double tendance des efforts fournis pour faire progresser cette science. D'un côté l'analyse minutieuse, secondée par des expériences aussi exactes que possible des processus physiologiques et physiopathologiques, de l'autre côté la recherche des lois générales qui commandent notre vie psychique saine - ou morbide. Dans la première catégorie se placent les recherches sur les glandes à sécrétion interne et leur rapport avec les excitations psychiques (sécrétion d'adrénaline en cas de colère), les réactions du système sympathique et parasympathique (pâleur de l'angoisse) et tout récemment encore les belles études sur le thalamus. De l'autre côté c'est la recherche des conditions, le sens de l'apparition du symptôme (pas sa traduction physiologique) et les lois qui régissent ce sens, qui font la préoccupation d'autres chercheurs ; parmi eux Adler a été un des pionniers. La névrose est la fuite devant un problème social. Un élargissement du sens social assure sa prophylaxie et la condition de sa guérison. Parfaitement conscient de la dure tâche qu'il s'imposait, Adler a voué son existence et son oeuvre à répandre cet enseignement du sens social qu'il considère comme étant la science de la vie.

Sa compréhension suscite d'ailleurs une deuxième question. Puisque le sens social est à la base de toute notre activité psychique saine, il faut que l'enfant soit éduqué dans ce sens : il faut que le développement du sentiment social marche de pair avec l'instruction et la prime même. D'où l'importance d'Adler en tant *qu'éducateur*.

Comme son illustre prédécesseur Montaigne il voudrait confier l'éducation des enfants à des précepteurs *qui* aient plutôt la tête « bien faite » que « bien

pleine ». Et il voudrait enseigner à tous comment saisir le sens d'un défaut d'enfant, d'un caractériel, d'un enfant difficile comme étant la compensation asociale d'un sentiment d'infériorité et de ce fait parfaitement corrigible. Simple théorie, dira-t-on! Mais la réalisation de la réforme scolaire qui s'ébauche aujourd'hui un peu partout dans le monde dément cette objection. Influencée ou inspirée des idées adlériennes elle est en pleine marche dans des pays comme les États-Unis ou l'Autriche et elle réclame ses droits dans presque tous les pays d'Europe.

Qu'il s'agisse de l'école expérimentale de psychologie adlérienne de Vienne, aujourd'hui visitée par les pédagogues du monde entier, ou de ce nouveau type de jardin d'enfants, le « *Childhouse* » à Los Angeles, ou de la maison d'enfants « Adler » à Hamersfoort (Hollande), partout des éducateurs courageux s'efforcent de rompre avec la vieille tradition d'une éducation purement instructive, d'un dressage qui dans les meilleurs cas ne pourra que « gonfler » l'enfant de savoir. Le but de ces institutions est de lui inculquer, au contraire, conformément aux préceptes adlériens, un comportement social en harmonie avec ses possibilités organiques et avec les exigences d'une vie dans la collectivité.

À travers toute l'œuvre d'Adler nous retrouvons ces deux problèmes : comment comprendre la difficulté de tel sujet (problème de la connaissance) et comment agir pour remédier à son erreur (problème de l'action). Concluant de l'individuel au général, partant d'une multitude de cas, Adler établit les lois d'une connaissance de l'âme humaine et nous enseigne les lois d'une conduite dans la vie. Or se poser la question de la connaissance et celle de l'action sur le plan du comportement humain, n'est-ce pas là faire œuvre de *philosophe* ?

Comme dans la vie de l'individu la vie des nations semble réclamer une plus intime collaboration et une meilleure compréhension entre les peuples. Des cendres de cette expérience si douloureuse que fut pour l'humanité la deuxième guerre mondiale renaît comme un phénix après ces années d'activité destructive le postulat inexorable du sentiment social. A ce monde qui désespère de ne pas trouver sa voie, Adler indique un sens de la vie.

Médecin, éducateur, philosophe, Adler représente par son œuvre scientifique si originale et si éminemment pratique un apport indéniable à l'évolution de l'esprit humain.

Le langage de l'auteur est parfois original dans le choix de ses termes, pertinent, aphoristique. Je me suis efforcé de conserver l'originalité du style adlérien tout en l'adaptant aux exigences de la langue française. J'espère y être parvenu et je remercie ceux qui m'ont aidé dans ma tâche : M. P. Vincent, licencié en droit, et le docteur Métayer, dont les conseils m'ont été particulièrement précieux.

Dr Herbert SCHAFFER.

« L'homme sait beaucoup plus qu'il ne comprend. »

Introduction

[Retour à la table des matières](#)

Ma vie de psychiatre, de psychologue et d'éducateur à l'école et dans les familles m'a donné l'occasion d'observer un vaste matériel humain. Je me suis fait un strict devoir de ne rien avancer qui ne puisse être confirmé et prouvé par mon expérience personnelle. Il n'est pas étonnant que sur ce sujet je me sois parfois trouvé en contradiction avec l'opinion préconçue d'autres auteurs qui ont moins approfondi la vie humaine. Je me suis efforcé aussi d'examiner froidement les arguments valables opposés aux miens, ce qui m'était d'autant plus facile que je ne me crois lié par aucune règle stricte et par aucun parti pris. Bien plus, je souscris volontiers à l'axiome : on peut tout expliquer différemment. La singularité de l'individu ne se laisse pas saisir dans une courte formule. Les règles générales, telles que les formule la psychologie individuelle que j'ai créée, ne doivent pas être plus qu'un moyen de secours pour

éclairer provisoirement un champ de vision dans lequel l'individu sera ou non inclus. Une telle appréciation des règles, une souplesse et une affinité plus accentuées pour les nuances ont renforcé toutes les fois ma conviction de la force créatrice libre de l'individu dans sa première enfance, à laquelle est subordonnée celle de sa vie ultérieure, après que l'enfant s'est donné une loi dynamique fixe pour sa vie. Dans cette conception qui laisse à l'enfant la voie libre dans ses tendances à la perfection, au fini, à la supériorité ou bien à l'évolution, on peut considérer l'influence des aptitudes, qu'elles soient héréditaires ou humainement modifiées, ainsi que l'influence du milieu et de l'éducation, comme les éléments avec lesquels l'enfant forgera son style de vie par son art créateur.

Et une autre conviction s'est fait jour en moi. Le style de vie créé pendant l'enfance ne pourrait, sans risquer des à-coups, tenir tête à la vie que s'il était construit d'une façon juste, *sub specie aeternitatis*. Constamment il rencontre différents problèmes qui ne peuvent être résolus, ni par des réflexes acquis (réflexes conditionnés), ni par des aptitudes psychiques innées. Il serait extrêmement risqué d'exposer un enfant pourvu de réflexes conditionnés ou d'aptitudes innées aux épreuves d'un monde qui présente continuellement de nouveaux problèmes. Le plus grand problème reste toujours réservé à l'esprit créateur infatigable qui cependant sera toujours limité dans la voie du style de vie infantile. C'est là que se trouve canalisé tout ce qui a été nommé dans les différentes écoles psychologiques : instinct, tendance, sentiment, pensée, action, attitude vis-à-vis du plaisir et de l'insatisfaction, et enfin égocentrisme et sentiment social. Le style de vie dispose de tous les moyens d'expression, le « tout » des éléments. Si un défaut existe, il se trouve dans la loi dynamique, dans le but final du style de vie et non pas dans une des expressions particulières de ce dernier.

Cette considération m'a enseigné un troisième fait : toute causalité apparente dans la vie psychique résulte du penchant de nombreux psychologues à présenter leur dogme sous un déguisement d'apparence mécanique ou physique. Tantôt c'est le système de la pompe montante et descendante qui leur sert de comparaison, tantôt un aimant avec ses deux pôles, tantôt un animal en danger qui lutte pour la satisfaction de ses besoins vitaux. Avec un tel point de vue on ne discerne évidemment que peu de ces divergences fondamentales que présente la vie psychique humaine. Depuis que même la physique leur a enlevé le terrain de la causalité pour donner la parole dans le déroulement des événements à une probabilité statistique, il n'est plus possible de prendre au sérieux les attaques contre la psychologie individuelle qui nie la causalité dans l'événement psychique. Il devrait être évident, même pour le profane, que l'extraordinaire diversité dans les échecs peut être « comprise » en tant qu'échecs mais non comme issue d'une causalité.

Si maintenant nous quittons, à juste raison, le terrain de la certitude absolue autour duquel tant de psychologues se débattent, il ne persiste qu'une seule mesure d'après laquelle nous pouvons évaluer l'être humain : sa *réaction, son mouvement en face des problèmes inéluctables de l'humanité*. En effet trois problèmes nous sont imposés d'une façon irrévocable : l'attitude envers nos semblables, la profession, l'amour. Tous les trois, reliés entre eux par le premier, ne sont pas des devoirs fortuits mais inévitables. Ils résultent du comportement de l'individu envers la société humaine, envers les facteurs cosmiques et envers l'autre sexe. De leur solution dépend le sort de l'humanité et son bien-être. L'homme est une partie d'un tout. La valeur de chacun dépend de la solution qu'il donnera individuellement à ces questions. On peut se représenter ces questions comme un devoir de mathématiques qui doit trouver sa solution. Les complications qui menacent le porteur d'un style de vie erroné seront d'autant plus grandes que l'erreur sera plus importante et elles ne semblent faire défaut que tant que l'individu n'aura pas été mis à l'épreuve quant à son sentiment social. Le facteur exogène, l'approche d'un devoir qui réclame la collaboration et la bonne entente, est toujours le facteur provocateur du symptôme morbide de l'enfant difficile, de la névrose, de la psycho-névrose, du suicide, du crime, de la dipsomanie et de la perversion sexuelle.

Si l'aptitude défectueuse à la coopération est ainsi démasquée, la question qui se pose n'est plus purement académique, mais elle est d'importance pour la guérison : comment et quand a été empêché le développement du sentiment social ? En recherchant les événements correspondants on arrive à l'époque de la première enfance et à des situations qui, suivant notre expérience, peuvent causer un trouble du développement correct. Mais on les reçoit toujours en même temps avec la réponse erronée de l'enfant. Et on comprend, en examinant d'une manière plus précise les circonstances rendues ainsi évidentes, que certaines fois une intervention justifiée a trouvé une réponse erronée, d'autres fois qu'une intervention erronée a trouvé une réponse erronée, et enfin, ce qui est beaucoup plus rare, qu'une intervention erronée a trouvé une réponse juste; on comprend aussi que, dans cette voie qui vise toujours le succès, l'entraînement a continué sans que des influences opposées aient amené le renoncement à la voie dans laquelle le sujet s'est engagé. Éduquer, dans le sens le plus large du mot, signifie donc, non seulement laisser agir des influences favorables, mais aussi contrôler exactement ce que le pouvoir créateur de l'enfant en tire, pour ensuite, en cas de création erronée, aplanir la voie pour l'amélioration. Cette meilleure voie est en toute circonstance l'élargissement de la coopération et de l'intérêt pour les autres.

Lorsque l'enfant a trouvé sa loi dynamique dans laquelle doivent être constatés le rythme, le tempérament, l'activité et avant tout le degré du sentiment social, manifestations qui peuvent être reconnues parfois dès la deuxième, et plus certainement dans la cinquième année, toutes ses autres facultés seront

dans leur particularité liées à cette loi dynamique. Dans le présent ouvrage sera considérée avant tout l'aperception qui s'y rattache : quelle est la vue de l'homme sur lui-même et le monde environnant. Autrement dit, l'opinion que l'enfant, et plus tard dans le même sens l'adulte, a acquise lui-même du monde. Cette opinion ne se laisse pas saisir d'après les mots et les idées du sujet examiné. Tous restent trop sous la contrainte de la loi dynamique qui tend au succès et qui par conséquent même en cas d'auto-condamnation semblent prétendre se maintenir dans les hauteurs. Plus important est le fait que l'ensemble de la vie, que j'ai appelé d'une façon concrète le style de vie, est construit par l'enfant à une époque où ce dernier ne dispose ni d'un langage suffisant, ni de concepts suffisants. S'il continue à se développer dans ce sens, il se développe dans le sens d'un mouvement qui n'a jamais été formulé par des paroles, qui est donc inattaquable par la critique et qui est aussi soustrait à la critique de l'expérience. Il n'est pas possible de parler ici d'un inconscient refoulé, mais plutôt de quelque chose d'incompris, de soustrait à la compréhension. Mais l'homme parle au spécialiste par son style de vie et par son attitude vis-à-vis des problèmes de la vie qui exigent un sentiment social pour leur solution.

En ce qui concerne l'opinion que l'être humain a de lui-même et du monde environnant, on peut au mieux la déduire du sens qu'il trouve à la vie et du sens qu'il donne à sa propre vie. Il est évident que la dissonance possible par rapport à un sentiment social idéal, à la coopération, à la contribution sociale y perçoit clairement.

Nous sommes ainsi préparés à saisir quelle importance réside dans le fait d'apprendre quelque chose sur le sens de la vie et aussi de quelle manière différents sujets voient le sens de la vie. S'il existe, au moins en partie, en dehors de notre propre expérience, une connaissance plausible du sens de la vie, il est clair que celui-ci donnera tort à ceux qui se trouvent en contradiction flagrante avec lui.

Comme on le voit, l'auteur est assez modeste pour désirer au début un résultat limité qui lui semble suffisamment motivé par sa pratique. Il se soumet d'autant plus volontiers à ce devoir qu'il espère non seulement que d'une meilleure compréhension du sens de la vie naîtra un programme scientifique pour des recherches ultérieures dans cette voie, mais aussi qu'une connaissance croissante augmentera considérablement le nombre de ceux qui, ayant mieux compris le sens de la vie, seront gagnés à ce sens.

1

Notre opinion sur nous-mêmes et sur le monde

[Retour à la table des matières](#)

Il est hors de doute que chacun se comporte dans la vie comme s'il avait une opinion bien arrêtée de sa force et de ses possibilités ; comme si, dès le début d'une action, il se rendait compte de la difficulté ou de la facilité d'un problème donné, bref comme si *son comportement résultait de son opinion*. Ceci nous étonne d'autant moins que nous ne sommes pas capables d'enregistrer par nos sens des faits, mais seulement une image subjective, un reflet du monde environnant. « Omnia ad opinionem suspensa sunt. » Cette phrase de Sénèque ne devrait pas être oubliée lors d'examens psychologiques. Notre opinion des faits capitaux et importants de la vie dépend de notre style de vie. Si nous nous heurtons directement à des faits nous révélant une contradiction vis-à-vis de l'opinion que nous nous faisons d'eux, là seulement nous sommes disposés par l'expérience immédiate à corriger sur un détail notre manière de voir et à laisser agir la loi de causalité sans pourtant modifier notre opinion générale de la vie. Que ce soit un serpent réellement venimeux qui s'approche

de mon pied ou que je croie qu'il s'agit d'un serpent venimeux, l'effet pour moi sera le même. L'enfant gâté se comporte de la même façon dans sa peur, soit qu'il craigne les cambrioleurs lorsque sa mère le quitte, soit que vraiment des cambrioleurs se trouvent dans la maison. En tout cas il persiste à croire qu'il ne peut pas vivre sans sa mère, même lorsqu'il a été contredit dans la supposition qui a déclenché sa peur. L'homme qui souffre d'agoraphobie et qui évite la rue parce qu'il a le sentiment et l'opinion que le sol remue sous ses pieds ne pourrait se conduire autrement, étant bien portant, si le sol bougeait vraiment sous ses pieds. Le criminel qui évite le travail utile, trouvant - d'une façon erronée - le cambriolage plus facile, parce que non préparé à la collaboration, pourrait montrer la même aversion vis-à-vis du travail si vraiment celui-ci était plus difficile que le crime. Le candidat au suicide trouve que la mort est préférable à la vie qu'il considère comme sans espoir. Il pourrait agir d'une façon semblable si la vie était vraiment sans espoir. Le toxicomane trouve dans son toxique un soulagement qu'il estime plus que la solution honnête des problèmes de la vie. (S'il en était vraiment ainsi, il pourrait agir de la même façon.) L'homosexuel, qui craint les femmes, les trouve repoussantes, alors que l'homme, dont la conquête lui paraît un triomphe, l'attire. Tous partent d'une opinion qui, si elle était juste, laisserait paraître leur comportement objectivement juste.

Examinons le cas suivant : un avocat, âgé de 36 ans, a perdu tout goût à sa profession. Il n'a pas de succès et attribue cela au fait que, manifestement, il produit une mauvaise impression sur les rares clients qui lui rendent visite. Il a toujours eu des difficultés à se rapprocher de ses semblables et, vis-à-vis des jeunes filles en particulier, a toujours été d'une grande timidité. Un mariage pour lequel il hésita longtemps et qu'il contracta presque avec réticence, se termina par un divorce au bout d'un an. Il vit maintenant avec ses parents, complètement retiré du monde, et ce sont eux qui doivent subvenir en majeure partie à son entretien.

Enfant unique, il fut gâté d'une façon extraordinaire par sa mère qui s'occupa constamment de lui. Elle arriva à convaincre l'enfant et le père que son fils serait un jour un homme particulièrement éminent et le garçon vivait dans cette attente qui paraissait légitimer ses succès brillants à l'école. Comme chez la plupart des enfants gâtés qui ne peuvent pas se refuser un désir, la masturbation infantile prit sur lui un pouvoir inquiétant et l'exposa tôt à la moquerie des filles qui avaient découvert son défaut solitaire. Il s'éloigna d'elles et dans son isolement s'adonna aux imaginations les plus triomphales sur l'amour et le mariage, mais ne se sentit attiré que vers sa mère qu'il domina complètement et à laquelle il rapporta aussi ses désirs sexuels. On voit assez nettement d'après ce cas que ce soi-disant complexe d'Oedipe n'est pas « fondamental » mais qu'il est un mauvais produit artificiel de mères gâtant leurs enfants; d'autant plus visible que l'enfant ou l'adolescent se verra trahi par les jeunes filles dans sa vanité hypertrophiée et qu'il aura développé en lui

trop peu d'intérêt social pour se joindre à d'autres. Peu de temps avant la fin de ses études, lorsque le problème d'une existence indépendante se posa pour lui, il fit une mélancolie, réalisant ainsi de nouveau un retrait. Enfant gâté, il était devenu craintif et s'était mis à fuir les personnes étrangères, puis les camarades des deux sexes ; ce travers persista dans sa profession, quoique à un degré moindre.

Je me contente de cet exposé et passe sur les manifestations concomitantes, « raisons », prétextes et autres symptômes morbides par lesquels il « assura » sa retraite. Un fait est évident : cet homme ne s'est pas modifié durant toute sa vie, il voulut toujours être le premier et se « retira » toujours lorsqu'il douta du succès. Son opinion sur la vie (nous pouvons la deviner, mais pour lui elle restait cachée) se laisse formuler de la façon suivante : « Puisque le monde me refuse le triomphe je me retire. » On ne peut pas nier que, ce faisant, il ait agi d'une façon juste et intelligente, étant donné le genre d'hommes qui voient leur idéal de perfection dans le triomphe sur les autres. Dans la loi dynamique qu'il s'est donnée, il n'y a ni « raison », ni « sens commun », mais ce que j'ai appelé « l'intelligence privée ». Quelqu'un à qui vraiment la vie refuserait toute valeur ne pourrait agir autrement.

De même, mais se montrant sous des aspects différents, avec une tendance moindre à l'exclusion, se présente le cas suivant : Un homme âgé de 26 ans grandit entre deux autres enfants préférés par la mère. Il suivait les brillants succès de son frère aîné avec grande jalousie. Vis-à-vis de sa mère il adopta très vite une attitude critique et s'appuya (toujours une seconde phase dans l'évolution de la vie d'un enfant) sur son père. À la suite des habitudes insupportables de sa grand-mère et de sa bonne d'enfant, son aversion contre sa mère s'étendit bientôt à toutes les personnes du sexe féminin. Son ambition de ne pas être dominé par la femme mais par contre de dominer les hommes, prit des proportions exagérées. Il essaya par tous les moyens d'amoindrir le succès de son frère. Le fait que l'autre lui était supérieur en force physique, en gymnastique et à la chasse lui rendait odieux les exercices physiques. Il les exclut de la sphère de ses préoccupations, comme il était aussi en train d'exclure les femmes. Ne l'attiraient que les formes d'activité liées à un sentiment de triomphe. Pendant un moment il aima et admira une jeune fille, en restant distant. Cette réserve déplut manifestement à la jeune fille qui se décida pour un autre. Le fait que son frère était heureux en ménage le remplissait de la crainte de ne pas être heureux et de jouer un mauvais rôle dans l'opinion du monde, exactement comme cela s'était passé pendant son enfance vis-à-vis de sa mère. Un exemple parmi d'autres prouve combien il était poussé à contester la supériorité du frère. Une fois, le frère ramena de la chasse une superbe fourrure de renard dont il était très fier. Notre ami coupa en secret le bout blanc de la queue pour diminuer le triomphe de son frère. Son instinct sexuel prenant un penchant qui lui restait après exclusion de la femme, il devint homosexuel (compte tenu de sa plus grande activité dans un cadre réduit). Il

est facile après cela de déchiffrer ce qu'était pour lui le sens de la vie ; vivre signifie : il faut que dans tout ce que j'entreprends je sois supérieur. Et il essaya d'atteindre cette supériorité en excluant les épreuves qui ne paraissaient pas lui assurer cette réussite triomphale. La première constatation gênante et amère au cours de nos conversations éducatives fut : que dans les rapports homosexuels le partenaire s'attribuait également la victoire grâce à son attirance magique.

Dans ce cas également, nous pouvons soutenir que « l'intelligence privée » n'est pas troublée et que beaucoup peut-être auraient suivi cette voie, si le refus de la part des jeunes filles avait été une vérité absolue. En réalité, la grande tendance à généraliser se trouve très souvent comme une erreur fondamentale dans la structure du style de vie.

« Plan de vie » et « opinion » se complètent mutuellement. Les deux ont leur racine dans une période où l'enfant est incapable de formuler en paroles et concepts les conclusions de son expérience. Mais déjà à cette époque il commence à développer les formes générales de sa conduite, à partir de conclusions non exprimées en paroles, souvent à partir d'événements futiles ou d'expériences inexprimées fortement affectives. Ces conclusions générales et les tendances correspondantes, formées à une époque où paroles et concepts manquent, bien que modifiées et altérées, continuent à agir à des époques ultérieures où le sens commun intervient comme facteur plus ou moins correctif et où il peut empêcher les hommes de s'appuyer trop sur des règles, phrases ou principes. Comme nous le verrons plus loin, nous devons au sens commun, renforcé par le sentiment social, cette libération des essais exagérés de sécurité et de défense qui sont l'expression d'un lourd sentiment d'infériorité et d'insécurité. Le cas suivant, assez fréquent, prouve entre autres que le même processus erroné se produit aussi chez les animaux : un jeune chien fut dressé à suivre son maître dans la rue. Il était déjà assez avancé dans cette voie, lorsqu'il lui vint à l'idée un jour de sauter sur une auto en marche. Il fut rejeté sur le côté sans subir de blessure. Ceci était certes une expérience singulière pour laquelle il ne pouvait pas avoir une réponse innée toute prête. On ne pourra que difficilement parler d'un réflexe conditionné lorsqu'on apprendra que ce chien continua à faire des progrès dans son dressage, mais qu'il était impossible de l'amener sur les lieux de l'accident. Il ne craignait ni la rue, ni les véhicules, mais l'emplacement de l'événement et arrivait à une conclusion générale, comme en tirent parfois des êtres humains : l'endroit est responsable, mais non sa propre inattention et son manque d'expérience ; et toujours à ce même endroit le danger menace. Ainsi que ce chien, beaucoup d'êtres humains procèdent de la même façon, maintiennent une semblable opinion et obtiennent au moins ceci, qu'ils ne peuvent plus être lésés « à un certain endroit ». Des structures analogues se trouvent souvent dans la névrose, dans laquelle un être humain craint une défaite menaçante, une diminution de son sentiment de la personnalité et essaye de se protéger en acceptant et

exploitant les symptômes somatiques ou psychiques résultant de sa tension psychique en face d'un problème considéré comme insoluble parce que mal compris, ce qui lui permet de s'assurer une retraite.

Il est évident que nous ne sommes pas influencés par les « faits », mais par notre opinion sur les faits. Notre certitude plus ou moins grande d'avoir formulé des opinions correspondant aux faits se base entièrement, surtout chez les enfants inexpérimentés et les adultes antisociaux, sur l'expérience insuffisante et sur la rigidité de notre opinion, ainsi que sur le succès de nos actions correspondant à notre opinion. Que ces critères soient souvent insuffisants, parce que notre champ d'action est souvent rétréci et aussi parce que des échecs ou des contradictions minimes peuvent être souvent plus ou moins facilement surmontés sans peine, ou grâce à l'aide d'autres personnes, cela est facile à comprendre et aide à maintenir durant toute l'existence le style de vie établi. Seuls les échecs plus grands exigent une réflexion plus profonde, réflexion qui ne se montre fertile que chez des gens qui collaborent à la solution humaine des problèmes de la vie et qui ne poursuivent aucun but de supériorité personnelle.

Nous arrivons ainsi à la conclusion, que chacun porte en soi une « opinion » sur lui-même et sur les problèmes de la vie, une ligne de vie et une loi dynamique, qui le régit sans qu'il le comprenne, sans qu'il puisse s'en rendre compte. Cette loi dynamique naît dans le cadre étroit de l'enfance et se développe suivant un choix à peine déterminé, en utilisant librement les forces innées et les impressions du monde extérieur, sans qu'on puisse l'exprimer ou la définir par une formule mathématique. Le sens et l'exploitation dirigée « des instincts », « des tendances », des impressions du monde environnant et de l'éducation, sont l'œuvre artistique de l'enfant, œuvre qui ne peut pas être comprise suivant la psychologie de la « possession », mais uniquement suivant celle de « l'utilisation ». Les types, les ressemblances, les similitudes, les approximations ne sont souvent que rapprochements artificiels, aidés par la pauvreté de notre langage, qui n'arrivent pas à exprimer suffisamment les nuances qui existent toujours ; ils sont les résultats d'une probabilité statistique. Leur constatation ne doit jamais aboutir à l'énoncé d'une règle ; elle ne peut pas amener à la compréhension d'un cas individuel mais peut être utilisée pour l'éclaircissement d'un champ visuel dans lequel le cas individuel doit être trouvé dans sa singularité. Par exemple, la constatation d'un sentiment d'infériorité accentué ne nous dit rien sur l'espèce et la caractéristique du cas individuel, pas plus que l'allusion à quelques erreurs de l'éducation ou à des situations sociales. Ces dernières se montrent toujours sous des formes différentes dans le comportement de l'individu vis-à-vis du monde environnant, formes qui, par l'interférence de la force créatrice de l'enfant et de « l'opinion » qui en résulte, se présentent toujours différemment suivant le cas d'espèce.

Voici quelques exemples schématiques qui doivent illustrer ces faits. Un enfant, qui souffre depuis sa naissance de difficultés gastro-intestinales, donc d'une infériorité innée du tractus digestif et qui ne reçoit pas la nourriture absolument convenable (ce qui n'arrive à peu près jamais d'une façon idéale) sera amené facilement à un intérêt particulier vis-à-vis de la nourriture et de tout ce qui a trait à cette question (voir Adler, *La compensation psychique de l'infériorité des organes*, trad. franç. Payot, Paris). Son opinion de lui-même et de la vie est par ce fait davantage liée à l'intérêt pour l'alimentation ; plus tard, grâce à la compréhension des rapports qui les relie, dirigée sur l'argent, ce qui évidemment doit être vérifié dans chaque cas.

Un enfant, libéré de tout effort par sa mère depuis le début de son existence, donc un enfant gâté, sera plus tard rarement disposé à tenir ses affaires en ordre. Rapproché d'autres manifestations parallèles, ceci nous permet de dire : il vit dans l'opinion que tout doit être effectué par les autres. Là aussi, comme dans les cas suivants, la certitude nécessaire du diagnostic ne peut être obtenue que par une vérification plus poussée. Un enfant à qui on donne tôt la possibilité d'imposer sa volonté aux parents, laissera deviner l'opinion qu'il voudra toujours dominer les autres dans la vie ce qui, à la suite d'expériences décevantes dans le monde environnant, finit par montrer chez l'enfant une « attitude hésitante » vis-à-vis de son entourage (voir Adler, *Pratique et théorie de la psychologie individuelle comparée*, trad. fr. Payot, Paris); l'enfant se retire dans la famille avec tous ses désirs, y compris les désirs sexuels, sans effectuer la correction nécessaire dans le sens du sentiment social. L'enfant qui, de bonne heure, a été habitué à collaborer dans le sens le plus large en rapport avec ses possibilités de rendement, essaiera toujours de résoudre tous les problèmes vitaux selon son opinion correcte de la vie collective, tant qu'il ne rencontrera pas d'exigences surhumaines ⁴.

Ainsi la fille d'un père qui néglige sa famille, développera facilement l'opinion que tous les hommes sont de la même sorte, surtout s'il s'y ajoute des expériences semblables avec un frère, des parents proches, des voisins ou des impressions suggérées par des lectures, d'autant plus qu'après peu de temps d'autres expériences n'auront plus de poids en face de cette opinion préconçue. Si éventuellement un frère est destiné à une instruction plus poussée ou à une profession plus élevée, ceci peut facilement conduire à l'opinion que les jeunes filles sont incapables, ou exclues injustement d'un enseignement supérieur. Si dans la famille un des enfants se sent écarté ou négligé, il pourrait développer une grande timidité comme s'il voulait dire : je serai toujours obligé de rester en arrière. Ou bien, en basant son opinion sur une possibilité de réussite, il donnera dans des ambitions exagérées, essayant de dépasser tout le

⁴ Que des gens qui ont suivi pendant des années l'école de psychologie individuelle « comprennent » par là société actuelle, et non celle *sub specie aeternitatis*, prouve que le niveau de la psychologie individuelle leur est trop élevé.

monde et dévalorisant ton'&. Une mère qui gâte son fils au-delà de toute mesure, peut l'amener à l'opinion qu'il doit se trouver partout au centre de l'attention, uniquement pour lui-même, sans avoir vraiment à entrer dans le jeu et à y participer. Si elle le rebute par une critique ininterrompue et des admonitions, si en plus elle préfère un autre fils, il peut arriver que son enfant regarde plus tard avec méfiance toutes les femmes, ce qui peut donner lieu à toutes sortes de conséquences. Si un enfant est exposé à de nombreuses maladies, il peut en tirer l'opinion que le monde est plein de dangers et se conduira en conséquence. La même chose peut se produire avec d'autres nuances, si la famille est craintive et méfiante vis-à-vis du monde extérieur.

Il est évident que toutes ces opinions dans leurs milliers de variantes peuvent se mettre en opposition avec la réalité et ses exigences sociales. L'opinion erronée d'un être humain sur lui-même et les problèmes de la vie se heurte tôt ou tard à l'opposition inexorable de la réalité, qui exige des solutions dans le sens du sentiment social. Ce qui se passe à l'occasion de ce heurt peut être comparé à un effet de choc. L'opinion du fautif, dont le style de vie ne résiste pas à l'exigence du facteur exogène, ne l'amènera pourtant pas à en rechercher une modification. La recherche de la supériorité personnelle continue son chemin. Il ne persiste par la suite qu'une limitation plus ou moins importante à un petit champ d'action, l'exclusion du devoir, liée à la possibilité d'une défaite du style de vie, la retraite devant le problème dont la solution réclamait une meilleure préparation de sa loi dynamique. L'effet de choc se manifeste dans le domaine psychique et somatique, déprécie le dernier reste du sentiment social et produit toutes sortes d'échecs dans la vie, en obligeant l'individu, soit à rechercher l'isolement comme dans la névrose, soit à se laisser glisser avec l'activité encore existante, qui ne signifie nullement courage, dans la voie de l'action antisociale. Dans tous les cas il est clair que « l'opinion » correspond à l'image qu'un individu se fait du monde et qu'elle détermine sa pensée, son affectivité, sa volonté et son action.

2

Moyens psychologiques comme voies d'exploration du style de vie

[Retour à la table des matières](#)

Pour découvrir l'opinion de l'individu et savoir comment il se place en face des problèmes de la vie, en un mot pour explorer le sens que la vie peut nous révéler, il ne faudra rejeter aucun moyen et aucune voie *a limine*. Étudier l'opinion de l'individu sur le sens de la vie n'est pas un sujet dépourvu d'intérêt ; car c'est elle qui en fin de compte est la règle de conduite de sa pensée, de son affectivité et de son activité. Or le vrai sens de la vie se révèle dans la résistance que rencontre l'individu lorsqu'il agit d'une façon erronée. Le problème de l'enseignement, de l'éducation et de la guérison est de jeter (ou de raccorder) un pont entre ces deux données : sens réel de la vie et action erronée de l'individu. Notre connaissance de l'homme en tant qu'individu est très ancienne. Pour ne citer que quelques exemples : les descriptions histori-

ques ou les récits personnels des peuples anciens, la Bible, Homère, Plutarque, tous les poètes grecs et romains, toutes les légendes, les contes, les fables, les mythes montrent une lumineuse compréhension de la personnalité humaine. Récemment encore, c'étaient surtout les écrivains qui réussissaient le mieux à relever les traces d'un style de vie. Ce qui excite au plus haut point notre admiration pour leurs oeuvres est leur talent à faire vivre, mourir et agir l'homme comme un tout *indivisible* en connexion étroite avec les problèmes de sa propre sphère de vie. Il n'est pas douteux qu'il existait aussi des gens du peuple qui étaient avancés dans cette connaissance de l'homme, et qui transmettaient leur expérience à la postérité. Ce qui, manifestement, distinguait des autres aussi bien ces gens que les génies de la connaissance humaine, était une vue plus profonde des rapports entre les différents mobiles des actions humaines, aptitude qui ne pouvait se développer que grâce aux liens qui les rattachent à la communauté et grâce à leur intérêt qu'ils portaient au genre humain : une plus grande expérience, une meilleure compréhension, une vue plus profonde étaient comme la récompense de leur sentiment social. Une chose ne pouvait manquer à leurs œuvres pour arriver à décrire le dynamisme si varié de l'individu dans ses modalités innombrables, pour que d'autres puissent approximativement les comprendre, sans être obligé d'avoir recours à la mesure et à la pesée, cette chose est le don de divination. Ce n'est que par lui qu'ils arrivaient à voir ce qui se cachait derrière et entre les manifestations dynamiques : ce qu'on peut appeler la loi dynamique de l'individu. Certains appellent ce don « intuition » et croient qu'il n'est réservé qu'aux esprits les plus élevés. En réalité, ce don est des plus répandus chez les humains. Chacun l'utilise sans cesse dans le chaos de la vie, en face de l'avenir incertain et insondable.

Puisque chaque nouveau problème, grand ou petit, que nous affrontons, se présente à nous avec un aspect toujours nouveau et d'une façon toujours différente, nous serions constamment empêtrés dans de nouvelles erreurs, si nous étions obligés de les résoudre d'après un schéma unique, voire d'après des « réflexes conditionnés ». Cette perpétuelle variabilité impose à l'homme des exigences toujours nouvelles, l'amène à soumettre à une nouvelle épreuve une attitude antérieurement adoptée. Même au jeu de cartes les « réflexes conditionnés » ne suffisent pas. Ce n'est qu'une divination juste qui nous aide à maîtriser le problème. Or cette divination est ce qui distingue l'homme qui participe au jeu de la vie, qui collabore avec la communauté, qui présente de l'intérêt pour la solution heureuse de tous les problèmes de l'humanité. Une vision claire de tout devenir humain lui est propre et l'attire, qu'il examine l'histoire de l'humanité tout entière ou le destin d'un simple individu.

La psychologie resta un art innocent jusqu'au jour où la philosophie s'en préoccupa. C'est en elle et dans l'anthropologie des philosophes que l'on trouve les germes d'une connaissance scientifique de l'âme humaine. Il n'était pas possible de négliger l'individu dans les divers essais de grouper tout

devenir dans une vaste loi cosmique. La connaissance de l'unité de toutes les formes d'expression d'un individu devint une vérité inébranlable. La transposition à la nature humaine des lois régissant tout événement aboutit à l'adoption de divers points de vue. Un pouvoir directeur insondable, inconnu, a été cherché par Kant, Schelling, Hegel, Schopenhauer, Hartmann, Nietzsche et d'autres, dans une force motrice inconsciente que l'on appela suivant les cas : loi morale, volonté, volonté de puissance ou « inconscient ». À côté de la transposition au devenir humain de lois générales, l'introspection eut sa part de vogue. Les sujets eux-mêmes devaient nous renseigner sur les manifestations psychiques et sur leurs processus. Cette méthode ne resta pas longtemps en usage. Avec raison elle tomba dans le discrédit, car il n'était pas possible de présumer que les êtres humains soient capables d'énoncer des renseignements objectifs.

Dans un siècle de développement technique c'est la méthode expérimentale qui prima. À l'aide d'appareils et de questions soigneusement choisies on mit au point des examens qui devaient nous renseigner sur les fonctions des sens, l'intelligence, le caractère et la personnalité. A cette occasion on perdit la vue d'ensemble sur l'unité de la personnalité, ou on ne pouvait la compléter que par la divination. Quant à la doctrine de l'hérédité, qui a fait son apparition plus tard, elle déclara vain tout effort et trouva satisfaisant de prouver que ce qui importait c'était la possession des aptitudes et non leur utilisation. C'est à cela qu'aboutit aussi la théorie de l'influence des glandes à sécrétion interne, qui se borna au cas spécial des sentiments d'infériorité et de leur compensation en cas d'infériorité de certains organes.

Une renaissance de la psychologie surgit avec la psychanalyse, qui faisait revivre dans la libido sexuelle le maître tout-puissant du destin humain et qui dépeignait soigneusement aux humains les horreurs de l'enfer dans l'inconscient et le péché originel dans le « sentiment de culpabilité ». L'oubli du ciel a été rattrapé plus tard, avec le but « idéal » de la perfection dans la psychologie individuelle, et par la création du « moi idéal ». C'était tout de même un essai significatif pour lire entre les lignes du conscient, un pas en avant dans la redécouverte du style de vie - de la ligne dynamique de l'individu - et du sens de la vie, sans que ce but présent devant les yeux ait été perçu par l'auteur enivré de métaphores sexuelles. En outre la psychanalyse était par trop encombrée par le monde des enfants gâtés, ce qui fait que la structure psychique lui apparaissait comme un décalque constant de ce type et que la structure psychique profonde en tant que partie de l'évolution humaine lui restait cachée. Son succès passager résida dans la prédisposition d'un nombre immense de personnes gâtées à accepter volontairement les vues psychanalytiques comme s'appliquant à tous les hommes. Ils furent par là renforcés dans leur propre style de vie. La technique de la psychanalyse s'efforçait avec une énergie tenace de présenter certains modes d'expression et certains symptômes comme en rapport avec la libido sexuelle et l'action

humaine comme dépendant d'un instinct sadique inhérent à chacun. Que ces derniers phénomènes soient le ressentiment artificiellement créé chez des enfants gâtés, c'est ce que fit apparaître clairement la conception de la psychologie individuelle. Toutefois la psychanalyse tient compte d'une façon approximative et fugitive de l'élément évolutif, quoique d'une façon erronée, et à sa manière pessimiste habituelle, en exprimant l'idée du désir de la mort comme le but de satisfaction, non par adaptation active, mais en attendant une mort lente, par adaptation à la deuxième loi fondamentale de la physique, sujette tout de même à caution.

La psychologie individuelle se tient sur le terrain solide de l'évolution (voir *Studie über Minderwertigkeit von Organen*, Bergmann, Munich) et, à la lumière de cette évolution, elle voit dans tout effort humain une recherche de la perfection. Physiquement et psychiquement : l'élan vital est lié d'une façon indissoluble à cette tendance. Pour notre entendement chaque manifestation psychique se présente donc comme un mouvement qui mène d'une situation inférieure vers une situation supérieure. L'élan, la loi dynamique, que chaque individu se donne lui-même au début de son existence dans une liberté relative et en utilisant ses aptitudes et ses défauts innés, aussi bien que ses premières impressions du monde extérieur, varie pour chaque individu en ce qui concerne mesure, rythme et direction. En comparaison constante avec la perfection idéale irréalisable, l'individu est constamment rempli d'un sentiment d'infériorité et stimulé par lui. Nous pouvons en conclure que chaque loi dynamique humaine sera erronée si on la considère *sub specie aeternitatis* et du point de vue fictif d'une perfection absolue.

Chaque époque culturelle forme cet idéal à la mesure de ses pensées et de ses sentiments. Comme aussi aujourd'hui, nous ne pouvons retrouver dans le passé le niveau changeant de l'entendement humain que dans l'établissement de cet idéal ; et nous avons le droit d'admirer profondément cette force de l'entendement qui a su concevoir pour une durée incalculable un idéal fécond de vie collective humaine. « Tu ne tueras pas » ou « Aime ton prochain » ne pourront guère disparaître du savoir ou du sentiment en tant que suprême instance. Ces formules et d'autres normes de la vie humaine, aussi inhérentes à la nature humaine que les mouvements respiratoires et la station debout, peuvent s'incorporer à la conception d'une communauté humaine idéale, communauté considérée ici au point de vue strictement scientifique comme contrainte donnant à l'évolution à la fois une impulsion et un but. Ils donnent à la psychologie individuelle la règle de conduite, le « [en grec dans le texte] » suivant lequel tous les autres buts et formes de mouvements contraires à l'évolution seront estimés comme justes ou faux. Ici la psychologie individuelle devient une « psychologie des valeurs », de même que la science médicale, promotrice de l'évolution par ses recherches et ses constatations, devient une « science de l'estimation ».

Sentiment d'infériorité, tendance à la compensation et sentiment social, ces piliers de notre recherche psychologique ne peuvent par conséquent pas être soustraits de l'examen d'un individu ou d'une masse. On peut détourner ou essayer d'éviter leur existence, on peut s'y méprendre, on peut essayer de couper les cheveux en quatre, mais on ne peut pas les faire disparaître. L'examen correct de toute personnalité doit tenir compte d'une façon ou d'une autre de ces faits, et l'on doit prendre en considération le sentiment d'infériorité, la tendance à la compensation, le sentiment social.

Mais de même que d'autres civilisations, sous la contrainte de l'évolution, tirent d'autres enseignements et suivent des voies plus ou moins erronées, de même procède l'individu. Au cours de l'évolution, l'élaboration rationnelle et affective d'un style de vie est l'œuvre de l'enfant. La capacité de rendement lui sert comme mesure de sa puissance, mesure réalisée d'une façon affective et approximative, dans un entourage certes pas indifférent, qui ne constitue que difficilement un terrain de préparation pour la vie. Édifiant sur une impression subjective, guidé souvent par des réussites ou des échecs futiles, l'enfant se crée la voie, le but et la concrétisation d'une ascension plongée dans l'avenir.

Tous les moyens de la psychologie individuelle qui doivent mener à la compréhension de la personnalité tiennent compte de l'opinion de l'individu sur la recherche de la supériorité, de l'importance de son sentiment d'infériorité et du degré de son sentiment social. Un examen plus approfondi des rapports de ces différents facteurs entre eux montre clairement que tous contribuent à créer la modalité et le degré du sentiment social. L'examen est le même que celui employé en psychologie expérimentale ou dans l'examen fonctionnel de certains cas médicaux. Mais ici la vie elle-même impose ses tests, ce qui démontre la profonde connexion de l'individu avec les problèmes de la vie. C'est dire qu'il n'est pas possible d'arracher l'individu, en tant qu'ensemble, de ses rapports avec la vie - peut-être serait-il mieux de dire avec la société. Son attitude traduit son style de vie. C'est pourquoi l'examen par tests, qui au mieux ne tient compte que d'éléments isolés de la vie de l'individu, ne pourra pas nous renseigner sur son caractère, voire même sur son rendement futur dans la société. Et la « psychologie de la forme » elle aussi a besoin d'être complétée par la psychologie individuelle, pour pouvoir nous renseigner sur l'attitude de l'individu dans le cours de la vie.

La technique de la psychologie individuelle pour l'exploration du style de vie doit donc supposer en premier lieu une connaissance des problèmes de la vie et de leurs exigences vis-à-vis de l'individu. Nous verrons que leur solution exige un certain degré de sentiment social, une liaison intime avec l'ensemble de la vie, une aptitude à la fréquentation des autres personnes et à la coopération avec elles. Si cette aptitude manque, on pourra constater un sentiment accentué d'infériorité avec toutes ses variantes et toutes ses conséquences, généralement sous l'apparence « d'une attitude hésitante » et évasive.

Ce sont les manifestations physiques et psychiques, plus ou moins intriquées, qui font alors leur apparition ; ensemble que j'ai désigné sous le terme de « complexe d'infériorité ». La tendance infatigable à la supériorité essaie de cacher ce complexe par un *complexe de supériorité*, qui, toujours en dehors du sentiment social, vise à l'apparence d'une supériorité personnelle. Si on voit clair dans toutes les manifestations qui apparaissent en cas d'insuccès, il faut en rechercher les causes dans une préparation imparfaite datant de la première enfance. De cette manière il est possible d'obtenir l'image fidèle du style de vie homogène d'un individu, et il est possible en même temps, dans le cas d'un insuccès, d'estimer le degré de divergence avec le sentiment social, lequel se présente toujours comme un manque d'aptitude à se joindre aux autres. La tâche qui s'impose à l'éducateur, à l'instituteur, au médecin, au conseiller psychologique est la suivante : augmenter le sentiment social et par là renforcer le courage de l'individu par la compréhension des véritables causes de son insuccès, par la mise à jour de l'opinion inexacte, du sens erroné de la vie que l'individu avait substitué au véritable et pour le rapprocher du sens que la vie a imposé aux êtres humains.

Cette tâche ne peut être résolue que si l'on dispose d'une connaissance profonde des problèmes de la vie et que si l'on comprend jusqu'à quel niveau le sentiment social est insuffisant, aussi bien dans ces manifestations telles que le complexe d'infériorité et de supériorité, que dans tous les types d'échecs humains. Il faut également une grande expérience des circonstances et des situations susceptibles d'empêcher le développement du sentiment social dans l'enfance. Les voies d'accès qui d'après mon expérience se sont montrées les meilleures pour l'exploration de la personnalité sont une large compréhension des souvenirs de la première enfance, de la place occupée par le sujet encore enfant dans la lignée familiale, de quelques défauts d'enfant, des rêves diurnes et nocturnes et de la nature du facteur exogène ayant déclenché les symptômes morbides. Tous les renseignements tirés de pareil examen, y compris l'attitude vis-à-vis du médecin, ne doivent être évalués qu'avec la plus grande prudence, et le déroulement dynamique de ces faits doit être constamment examiné pour éprouver leur concordance avec d'autres constatations déjà faites.

3

Les problèmes de la vie

[Retour à la table des matières](#)

C'est ici que la psychologie individuelle touche à la sociologie. Il est impossible d'acquiescer un jugement exact sur un individu si on ne connaît pas la structure des problèmes que la vie lui soumet et la tâche que ceux-ci lui imposent. Ce n'est que d'après la manière dont l'individu les affronte, d'après ce qui se passe à cette occasion dans son for intérieur, que sa nature propre se révèle. Il faudra rechercher s'il tient son rôle social ou au contraire s'il hésite à le tenir, s'arrête en chemin, essaie d'éluder sa tâche ; si pour cela il cherche et crée des prétextes à se dérober ; s'il cherche une solution loyale aux problèmes qui se posent à lui, et s'il en vient à bout, s'il les résout partiellement ou s'il les laisse non résolus et s'il suit une voie préjudiciable à la communauté pour tirer vanité d'une supériorité personnelle.

Depuis longtemps j'ai tenu à subordonner toutes les questions de la vie aux trois grands problèmes suivants : celui de la vie en société, celui du travail et celui de l'amour. Il est facile de voir que ce ne sont pas là des questions fortuites, mais des questions qui se dressent constamment en face de nous, pressantes et exigeantes, et nous ne pouvons nous permettre de nous y dérober. Car toute notre attitude vis-à-vis de ces trois questions représente la réponse que nous donnons, grâce à notre style de vie. Comme elles sont intimement liées entre elles, précisément du fait que ces trois problèmes exigent pour leur solution un degré suffisant de sentiment social, il est facile de comprendre que le style de vie de chaque être humain se reflète d'une façon plus ou moins claire dans son attitude vis-à-vis de ces trois questions : *Moins clairement* dans celles qui actuellement le préoccupent moins ou qui présentent des circonstances plus favorables, *plus clairement* dans celles qui lui imposeront une épreuve plus sévère. Des problèmes tels que l'art et la religion, dont la solution dépasse le niveau moyen habituel, participent à ces trois questions. Elles résultent des liens indissolubles qui rassemblent les êtres humains entre eux et les contraignent à s'associer pour pourvoir aux nécessités de l'existence et aux soins à donner aux enfants. Ce sont des questions avec lesquelles notre vie terrestre nous confronte. L'être humain envisagé comme produit de cette terre n'a pu maintenir et développer ses relations avec le reste du monde que par son incorporation à la communauté, par l'apport aussi bien matériel et spirituel qu'il lui fournit, par la division du travail, par l'application dans l'effort, et par une propagation suffisante de l'espèce. Au cours de son évolution, il s'est équipé pour cela, physiquement et psychiquement, grâce à ses efforts pour améliorer sa condition physique et son développement spirituel. Dans l'effort de l'humanité pour surmonter les difficultés de la vie, toutes les expériences, les traditions, les commandements et les lois, n'étaient que des essais bons ou mauvais, durables ou caducs. Dans notre civilisation actuelle nous constatons le niveau que cet effort a permis d'atteindre, niveau bien insuffisant, il faut l'avouer. Arriver d'une situation inférieure vers une situation supérieure distingue autant le dynamisme de l'individu que celui de la masse et nous donne le droit de parler d'un sentiment d'infériorité permanent autant chez l'individu que dans la masse. Dans le courant de l'évolution, il ne peut y avoir d'arrêt; la recherche de la perfection nous entraîne.

Or si ces trois questions, ayant comme base commune l'intérêt social, se montrent inéluctables, il est évident qu'elles ne pourront être résolues que par des êtres humains disposant d'un degré suffisant de sentiment social. On peut soutenir sans trop se hasarder que jusqu'à ce jour une disposition inhérente à chacun de nous pour atteindre ce degré existe, mais que l'évolution de l'humanité n'est pas suffisamment avancée pour inculquer le sentiment social aux humains, au point que celui-ci puisse fonctionner automatiquement comme la respiration ou la marche verticale. Il est pour moi hors de doute qu'à une époque - peut-être très tardive - ce degré sera atteint, à moins que l'humanité

n'échoue dans cette évolution, éventualité en faveur de laquelle il existe aujourd'hui une légère suspicion.

Toutes les autres questions tendent vers la solution de ces trois problèmes principaux, qu'il s'agisse de l'amitié, de la camaraderie, de l'intérêt porté à l'état, à la patrie, à la nation et à l'humanité; qu'il s'agisse de l'acquisition de bonnes manières, de l'acceptation d'une fonction sociale des organes, de la préparation à la coopération, au jeu, à l'école et à l'apprentissage, de l'estime et de la considération pour le sexe opposé, de la préparation physique et intellectuelle requise pour aborder toutes ces questions, ainsi que du choix d'un partenaire sexuel. Cette préparation, bonne ou mauvaise, commence dès le premier jour de la vie de l'enfant ; c'est la mère qui se présente naturellement, grâce au développement progressif de l'amour maternel, comme le partenaire le plus apte à donner à l'enfant l'expérience de la vie avec ses semblables. C'est de la mère, considérée comme premier « prochain » au seuil du développement du sentiment social, que partent les premières impulsions enjoignant l'enfant à s'insérer dans la vie comme élément de l'ensemble et à chercher le contact juste avec le monde environnant.

Des difficultés peuvent surgir de deux côtés : de la part de la mère, si, maladroite, lourde, inexpérimentée, elle rend à l'enfant le contact difficile avec d'autres ou si par insouciance elle prend son rôle trop à la légère. Ou, ce qui arrive le plus souvent, si elle soustrait l'enfant à la nécessité d'aider les autres ou de coopérer avec eux, si elle l'accable de caresses et de tendresses, si elle agit, pense et parle constamment pour lui, paralysant en lui toute possibilité de développement et l'habituant à un monde imaginaire tout différent du nôtre et dans lequel, enfant gâté, il trouve tout fait par d'autres personnes. Un laps de temps relativement court sera suffisant pour inciter l'enfant à se considérer toujours comme étant au centre des événements et à trouver hostile toute autre situation et tout être humain qui n'épouse pas cette conception. À cette occasion il ne faut pas sous-estimer la grande variété des résultats que donne chez l'enfant la coopération de son jugement et de sa force créatrice libérés de toute entrave. L'enfant utilise les impressions extérieures pour les façonner à son idée. Si l'enfant est gâté par sa mère, il refuse d'entendre son sentiment social à d'autres personnes, essaie de se soustraire à son père, à ses frères et sœurs, aussi bien qu'aux autres personnes qui ne lui apportent pas le même degré d'affection. Formé, entraîné dans ce style de vie, dans l'opinion que tout est facile à obtenir d'emblée par une aide extérieure, l'enfant devient ainsi plus tard plus ou moins inapte à la solution des problèmes de la vie et subit un état de choc, lorsque ces problèmes se présentent sans trouver en lui le sentiment social préalable qu'ils exigent, état de choc passager dans les cas légers, mais qui d'une façon permanente l'empêchera dans les cas graves de trouver une solution. Pour l'enfant gâté tout prétexte est bon pour attirer l'attention de sa mère sur lui. Il atteint le plus facilement ce but de supériorité, s'il s'oppose au développement de ses facul-

tés, soit par la désobéissance - état affectif qui, malgré l'explication de la psychologie individuelle, a été considéré récemment encore comme un stade naturel du développement par Charlotte Bühler - soit par le manque d'intérêt social. D'autres essais acharnés pour déduire l'explication de défauts infantiles, tels que la rétention des matières et l'énurésie, de la libido sexuelle ou de tendances sadiques et la croyance qu'on a pu découvrir ainsi les couches les plus primitives ou même les plus profondes de la vie psychique, prennent à tort les conséquences pour les cause Ces essais ont méconnu l'état affectif fondamental de ces enfants : leur besoin démesuré de tendresse; ils se trompent aussi en considérant le développement des fonctions et facultés organiques comme si elles devaient toujours être de nouveau acquises.

Le développement de ces facultés est une loi et une acquisition aussi naturelles que la marche verticale et le langage. Dans le monde imaginaire des enfants trop gâtés ces facultés peuvent, ainsi que l'interdiction de l'inceste, être détournées pour servir leur désir d'être gâtés et utilisées à exploiter les autres personnes ou bien à les accuser et à se venger d'elles, si ce désir ne se réalise pas. Les enfants gâtés repoussent, de diverses façons, tout ce qui est susceptible d'apporter un changement à une situation qui les satisfait. Si pourtant ce changement a lieu, on peut remarquer que toujours l'enfant lui oppose une réaction et une résistance plus ou moins active ou passive. Progrès ou recul, leur réalisation dépend pour la plus grande part de leur degré d'activité, mais aussi du facteur exogène, de la situation extérieure qui exige une solution. Les expériences couronnées de succès dans des circonstances analogues constituent plus tard le modèle à suivre ; elles sont considérées à la légère par certains comme étant des régressions, parce qu'elles n'ont pas été comprises comme il le fallait. Certains auteurs vont encore plus loin dans leurs suppositions et essaient de réduire le complexe psychique actuel, que nous devons considérer comme une acquisition évolutionnaire stable, à des réminiscences des temps archaïques et arrivent dans cette voie à des trouvailles fantastiques de coïncidences. Ce qui les induit généralement en erreur, c'est que les moyens humains d'expression ont, à toute époque, une certaine ressemblance, surtout lorsqu'on ne tient pas compte de la pauvreté de notre langage. C'est simplement découvrir une autre ressemblance que d'essayer de rapporter à la sexualité tous les mobiles humains. J'ai fait comprendre que les enfants gâtés se sentent toujours menacés et comme en pays ennemi lorsqu'ils se trouvent en dehors du cercle où on les gâte. Tous leurs divers traits de caractère doivent être en concordance avec leur opinion sur la vie, avant tout leur énorme égocentrisme souvent presque incompréhensible et aussi leur narcissisme. Il en résulte indubitablement que tous ces traits de caractère sont des produits artificiels, qui sont acquis et non pas innés. Il n'est pas difficile de comprendre que tous les traits de caractère, contrairement à la conception des soi-disant « caractérologues », indiquent des relations sociales et qu'ils résultent du style de vie créé par l'enfant. Ainsi se trouve réglée la vieille controverse de savoir si l'homme est par nature bon ou mauvais. L'incessant progrès

du sentiment social, dans son accroissement évolutionnaire, permet de supposer que la persistance de l'humanité est intimement liée à la notion de « bonté ». Tout ce qui semble apparemment le contredire doit être considéré comme un échec dans l'évolution et être assimilé à une erreur, de même que dans le vaste champ d'expérience de la nature il a toujours existé du matériel organique inutilisé dans les espèces animales. Mais la science du caractère sera bientôt obligée d'avouer que des traits tels que « courageux, vertueux, paresseux, hostile, tenace, etc. » doivent toujours s'ajuster, bien ou mal, à notre monde extérieur, monde en perpétuel changement, et qu'elles ne peuvent absolument pas exister sans ce monde extérieur.

Ainsi que je l'ai montré il existe encore d'autres handicaps qui, comme le fait de gêner l'enfant, empêchent le développement du sentiment social.) Dans la considération de ces obstacles nous devons une fois de plus repousser tout principe fondamental, directeur ou causal et nous voyons dans leur manifestation uniquement un élément trompeur qui peut être exprimé dans les termes d'une probabilité statistique. La diversité et la singularité de chaque manifestation individuelle ne doit jamais nous échapper. Une telle manifestation est l'expression du pouvoir créateur, presque arbitraire de l'enfant dans la formation de sa « loi dynamique ». Ces autres obstacles sont la négligence vis-à-vis de l'enfant et la possession d'organes inférieurs. Tous les deux, exactement comme le fait de gêner l'enfant, détournent son attention et son intérêt de la « collectivité » et les dirigent vers ses propres périls et son propre bien-être. Que cette double sécurité ne puisse être assurée qu'en supposant un degré suffisant de sentiment social sera démontré plus loin de façon plus nette. Mais il est facile à comprendre que les conditions d'existence terrestre sont hostiles à celui qui se trouve trop peu en contact et en harmonie avec lui. On peut dire de ces trois handicaps de la première enfance que la force créatrice de l'enfant les surmontera avec plus ou moins de succès. Toute réussite ou tout échec dépend du style de vie, de l'opinion de la vie, opinion généralement méconnue de l'individu. De la même façon que nous parlions de la probabilité statistique déterminant les conséquences de ces trois handicaps, nous devons constater maintenant que les problèmes de la vie aussi, les grands comme les petits, ne présentent qu'une probabilité statistique, quoique très importante; c'est le choc qu'ils déterminent qui met à l'épreuve l'attitude de l'individu vis-à-vis d'eux. On peut très bien prédire, avec une certaine certitude, les conséquences pour un individu de son entrée en contact avec les problèmes de la vie. Mais l'on devra toujours ne conclure à l'exactitude d'une supposition que si elle se trouve confirmée par les résultats.

C'est certes un signe en faveur de son fondement scientifique que la psychologie individuelle, comme aucune autre école psychologique n'en est capable, puisse deviner le passé grâce à son expérience et à ses lois de probabilité.

Il nous incombe à présent d'examiner également les questions apparemment secondaires pour savoir si, elles aussi, exigent pour leur solution un sentiment social développé. Là nous rencontrons en premier lieu l'attitude de l'enfant vis-à-vis du père. La norme serait un intérêt à peu près identique vis-à-vis de la mère et vis-à-vis du père. Mais les circonstances extérieures, la personnalité du père, le fait d'être gâté par la mère, les maladies et un développement organique difficile nécessitant des soins qui incombent davantage à la mère, peuvent créer une distance entre enfant et père et empêcher ainsi l'épanouissement du sentiment social. L'intervention sévère du père, s'il veut empêcher les conséquences de l'habitude trop tendre de la mère, augmente cette distance. De même le penchant souvent incompris de la mère à attirer l'enfant de son côté. Si c'est le père qui gâte davantage l'enfant, celui-ci se détourne de la mère pour se diriger vers le père. Ce cas doit toujours être compris comme *une seconde phase dans la vie* d'un enfant et indique que la mère a été une cause de tragédie pour l'enfant. S'il reste comme enfant gâté attaché à la mère, il se développera plus ou moins comme un parasite, qui attend de la part de la mère la satisfaction de tous ses besoins, même de ses désirs sexuels à l'occasion. Ceci d'autant plus que l'instinct sexuel qui s'éveille chez l'enfant le trouve dans un état affectif dans lequel il n'a pas appris à renoncer à un désir, étant donné qu'il s'attend de la part de sa mère à la satisfaction de tous ses désirs. Ce que Freud a désigné comme complexe d'Oedipe et qu'il considère comme la base naturelle du développement psychique, n'est rien d'autre *qu'une des multiples manifestations de la vie de l'enfant gâté*, qui est le jouet sans défense de ses désirs non réprimés. Sans oublier que ce même auteur, avec un fanatisme inébranlable, ramène tous les rapports d'un enfant vis-à-vis de sa mère à un schéma dont la base lui est fournie par le complexe d'Oedipe. De même nous devons refuser la thèse, qui paraît parfaitement acceptable à beaucoup d'auteurs, que par nature les filles se rapprochent davantage du père, les garçons davantage de la mère. Là où ceci se produit sans que l'enfant ait été gâté, nous pouvons voir une certaine compréhension de son rôle sexuel futur, donc d'un stade ultérieur de la vie, où l'enfant, comme dans un jeu, et généralement sans mettre en mouvement l'instinct sexuel, se prépare pour l'avenir, tout comme il le fait dans d'autres jeux. Un instinct sexuel tôt éveillé et pour ainsi dire irrésistible témoigne en premier lieu d'un enfant égocentrique, le plus souvent dorloté, qui ne sait renoncer à aucun désir.

L'attitude vis-à-vis de ses frères et sœurs, considérée en tant que problème, peut donner une certaine idée du degré d'aptitude de l'enfant à prendre contact avec les autres. Les trois groupes d'enfants dont il vient d'être question considèrent le plus souvent les autres enfants, surtout le cadet, comme un obstacle et une cause de réduction de leur sphère d'influence. Les résultats en sont variables, mais laissent une si grande impression dans la période plastique de l'enfant, qu'elle sera durant toute sa vie reconnaissable comme trait de caractère, pouvant prendre la forme d'un sentiment persistant que la vie est

une éternelle compétition, ou celle d'un vif désir de domination, ou dans les cas les plus bénins celle d'un penchant durable à considérer les autres comme des enfants. Une grande partie du façonnement de l'enfant dépend du succès ou de l'insuccès de cette compétition. On retrouvera toujours, surtout chez les enfants gâtés, avec toutes les conséquences qui en découlent, l'impression d'avoir été supplanté par un enfant plus jeune.

Une autre question est celle relative à l'enfant vis-à-vis de la maladie, pour ce qui est de l'attitude qu'il adoptera à cette occasion. Le comportement des parents, durant la maladie, surtout si celle-ci paraît grave, sera noté avec attention par l'enfant. Les maladies de la première enfance, telles que rachitisme, pneumopathie, coqueluche, chorée, scarlatine, grippe, etc., au cours desquelles l'enfant note le comportement anxieux des parents imprudemment manifesté, peuvent non seulement faire paraître le mal pire qu'il ne l'est en réalité, faire naître l'habitude inaccoutumée de se faire dorloter et donner à l'enfant l'impression de présenter une importance énorme sans nécessité de coopération de sa part, mais elles peuvent aussi arriver à rendre l'enfant maladif et geignard. Si au moment de la guérison les gâteries auxquelles il n'avait pas été accoutumé auparavant cessent, on trouvera souvent un enfant devenu indocile ou en proie au sentiment persistant d'être mal portant, se plaignant de fatigue, de manque d'appétit, ou présentant une toux persistante sans cause, manifestations qu'on considère souvent, à tort, comme les suites de la maladie. Ces enfants ont une tendance à maintenir le souvenir de leur maladie pendant toute leur vie, ce qui leur permet de penser avoir le droit à des ménagements ou l'excuse de circonstances atténuantes. Il ne faut pas oublier que ces cas, du fait de contact insuffisant avec les circonstances extérieures, donnent lieu en permanence à une tension dans la sphère affective, à une augmentation des émotions et des états affectifs. À son entrée au jardin d'enfants ou à l'école, l'enfant est soumis à une autre épreuve quant à son aptitude à la coopération - sans tenir compte de sa façon de se rendre utile à la maison, de se conduire en camarade dans ses jeux. Là on peut très nettement observer son aptitude à travailler avec d'autres. Le degré de son énervement, la forme que prend son manque d'inclination pour l'école, sa manière de rester à l'écart, son manque d'intérêt et de concentration et une grande diversité d'attitudes « antiscolaires » telles que arrivées en retard, essais de perturbation, tendance à faire l'école buissonnière, perte incessante des instruments d'école, perte de temps au lieu de faire ses devoirs, démontrent une insuffisante préparation à la coopération. Le processus psychique dans ces cas n'est qu'insuffisamment reconnu si on ne comprend pas que ces enfants, qu'ils le sachent ou non, portent en eux un profond sentiment d'infériorité ; celui-ci s'extériorise en un complexe d'infériorité correspondant à la description qui précède, forme de timidité, d'état d'énervement, alliés à toutes sortes de symptômes psychiques et physiques; ou bien il apparaît comme un complexe de supériorité à base de vanité : esprit batailleur, mauvais joueur, manque de camaraderie, etc. Il n'y a pas trace de courage dans ce complexe. Les enfants

arrogants se montrent même lâches dès qu'il est question de leur faire faire un travail utile. La tendance au mensonge les montre sur le chemin des procédés louches de la ruse; les tendances à voler se présentent comme compensation à un sentiment de frustration. Le fait de se comparer et de se mesurer constamment avec des enfants plus capables n'amène pas une amélioration, mais plutôt un engourdissement progressif des facultés et souvent l'arrêt de tout succès scolaire. L'école agit nettement comme une expérience sur l'enfant et montre dès le premier jour le degré de l'aptitude à la coopération de l'enfant. C'est aussi l'école qui est l'endroit choisi pour augmenter, grâce à une compréhension intelligente, le sentiment social de l'enfant afin qu'il ne quitte pas l'école comme un ennemi de la société. Ce sont ces expériences qui ont incité à établir dans les écoles des consultations de psychologie individuelle qui aident l'instituteur à trouver la voie juste dans l'éducation des enfants défail-lants.

Il est certain que la réussite en matière scolaire dépend en premier lieu du sentiment social de l'enfant, ce sentiment qui se cache en lui peut nous donner à l'avance quelque idée de l'agencement futur de sa vie en société. La question de l'amitié, si importante pour la vie collective ultérieure, celle de la camaraderie avec tous les traits de caractère qui l'accompagnent : fidélité, sens des responsabilités, bonne grâce à agir en commun, celle de l'intérêt pour le pays, la nation et l'humanité, toutes sont incluses dans la vie scolaire et exigent les soins d'une éducation qualifiée. L'école détient une possibilité d'éveiller l'esprit de camaraderie et de le cultiver. Si l'instituteur connaît notre enseignement, il saura faire comprendre à l'enfant son manque de sentiment social, les causes de cette déficience et la manière d'y remédier et il arrivera à le rapprocher de la société par des conversations amicales. Au cours de discussions générales avec les enfants il réussira à les convaincre que leur propre avenir, et celui de l'humanité, dépend d'un renforcement de notre sentiment social et que les grandes erreurs dans notre vie : la guerre, la peine capitale, la haine raciale, la haine des peuples, et aussi la névrose, le suicide, le crime, l'ivrognerie, etc., naissent d'un manque de sentiment social et qu'elles doivent être comprises comme des complexes d'infériorité, comme des essais nuisibles de résoudre une situation d'une manière inadmissible et inopportune.

La question sexuelle aussi, dont notre époque se préoccupe beaucoup, peut jeter garçons et filles dans le désarroi. Non pas ceux qui sont gagnés à la cause de la coopération ; ceux-ci, habitués à se sentir comme faisant partie d'un ensemble, ne garderont jamais en eux des tourments secrets, sans en parler à leurs parents ou demander conseil à leur instituteur. Ceux qui ont déjà découvert dans leur vie de famille un élément hostile se conduisent autrement. Ceux-là, et surtout, encore une fois, les enfants gâtés, sont très facilement intimidés et séduits par des flatteries. La manière de procéder des parents en ce qui concerne l'enseignement sexuel, découle automatiquement de leur vie en commun. L'enfant devra savoir autant qu'il le désire, et ce savoir devra lui

être présenté d'une manière qui lui permettra de supporter et d'assimiler équitablement ce nouvel enseignement. Il ne faut pas hésiter, mais toute hâte est superflue. Il est difficile d'empêcher que les enfants discutent à l'école des questions sexuelles. L'enfant indépendant, qui regarde l'avenir, refusera les obscénités et ne croira pas aux sottises. C'est évidemment une grande erreur que l'éducation qui donne à l'enfant la crainte de l'amour et du mariage : elle ne sera d'ailleurs acceptée que par les enfants dépendants, qui d'avance sont des découragés.

La puberté, autre problème vital, est considérée par beaucoup comme un sombre mystère. Même à cette période on retrouve simplement en puissance ce qui sommeillait jusqu'alors dans l'enfant. Si jusque-là son sentiment social était déficient, sa période pubertaire se déroulera en conséquence. On ne pourra que mieux constater jusqu'à quel point l'enfant est préparé à la coopération. Il dispose d'un terrain d'action plus vaste et d'une plus grande force. Avant tout il est poussé à vouloir démontrer, d'une façon qui lui est propre et qui lui semble séduisante, qu'il n'est plus un enfant ou, ce qui est plus rare, qu'il l'est encore. S'il y a là une gêne dans le développement de son sentiment social, alors une déviation asociale plus nette apparaîtra dans la voie erronée où sa vie s'est engagée. Beaucoup d'enfants, dans leur désir de se faire passer pour des adultes, adoptent plutôt les défauts que les qualités des adultes, puisque cette façon de faire leur paraît beaucoup plus facile que de servir la société. Il en résulte des délits de toutes sortes, observés plus facilement, là encore, chez les enfants gâtés que chez les autres, puisque ceux-là, habitués à une satisfaction immédiate de leurs désirs, ne pourront que difficilement résister à une tentation de quelque sorte qu'elle soit. Des filles et des garçons de cette catégorie seront facilement les victimes de la flatterie ou de l'excitation de leur vanité. Les jeunes filles qui subissent à la maison un lourd sentiment d'humiliation et qui ne peuvent croire à leur valeur que si elles entendent des flatteries, sont fortement menacées à cette période.

L'enfant, jusque-là à l'arrière plan, se rapproche bientôt du front de la vie où il aperçoit les trois grands problèmes de la vie : la société, le travail, l'amour. Tous les trois demandent pour leur solution un intérêt développé envers autrui. La préparation à cet intérêt décide de l'issue. A cette période nous trouvons la timidité, la haine d'autrui, la méfiance, le plaisir de nuire, toutes sortes de vanités, la susceptibilité exagérée, des états d'énervement en face d'autres personnes, le trac, le mensonge et la tromperie, la calomnie, la tendance à la domination, la méchanceté et bien d'autres travers encore. Celui qui a été élevé pour la vie en commun gagnera facilement des amis. Il trouvera aussi de l'intérêt à toutes les questions qui touchent l'humanité ; son point de vue et sa conduite seront ajustés pour le bien-être de celle-ci. Il ne cherchera pas de succès en attirant l'attention sur lui par des actions bonnes ou mauvaises. Sa vie dans la société sera constamment nuancée par la bonne volonté, même s'il élève sa voix contre des personnes dangereuses pour la

société. Même l'homme bienveillant ne peut pas toujours se soustraire au mépris.

L'écorce terrestre, sur laquelle nous vivons, oblige l'humanité au travail et à la division du travail. Le sentiment social s'exprime ici comme une coopération à l'avantage des autres. L'homme à l'esprit social ne doutera jamais qu'à chacun est due la récompense de son travail et que l'exploitation de la vie et du travail des autres ne pourra jamais aider au bien-être de l'humanité. En fin de compte, notre vie à nous, descendants d'une longue lignée, bénéficie grandement de l'œuvre de nos grands ancêtres qui ont contribué au salut de l'humanité. La grande école de la communauté humaine, qui s'exprime aussi dans la religion et dans de grands courants politiques, exige avec raison la meilleure distribution possible du travail et de la consommation. Si quelqu'un fabrique des chaussures, il se rend utile aux autres et a droit à une vie équilibrée, à tous les avantages de l'hygiène et à une bonne éducation de ses descendants. L'argent qu'il reçoit en échange de son travail marque la reconnaissance de son utilité à notre époque de trafic intense. Il arrive ainsi au sentiment de sa valeur pour la société -seule possibilité d'atténuer le sentiment général d'infériorité propre aux humains. Celui qui fournit un travail utile vit dans une communauté qui se développe par ses propres moyens et contribue à ses progrès. Cette relation bien que souvent méconnue est si puissante qu'elle détermine le jugement général quant à l'activité et la fainéantise. Personne n'appellera vertu la fainéantise. Le droit à une subsistance suffisante du chômeur, victime de crises économiques et de surproduction, est aujourd'hui généralement reconnu ; ceci est effet non pas de la peur d'une menace possible pour la société, mais de l'accroissement du sentiment social. Bien plus, quels que soient les changements que l'avenir apportera aux méthodes de production et de distribution des biens, la nécessité s'imposera d'une plus juste appréciation que de nos jours, de la puissance du sentiment social, que ces changements soient obtenus par la force ou par un consentement mutuel.

Dans l'amour, si richement pourvu de satisfaction d'ordre physique et psychique, le sentiment social se montre comme le créateur immédiat et incontestable de notre destinée. De même que dans l'amitié, dans les rapports des enfants entre eux et avec leurs parents, il s'agit dans l'amour d'un problème à deux personnes, cette fois-ci de sexe opposé, avec la perspective de la descendance et de la continuation de l'espèce humaine. Aucun des problèmes humains ne concerne peut-être de si près le salut et le bien-être de l'individu dans la société que le problème de l'amour. Un problème pour deux personnes a sa structure propre et ne peut pas être résolu de façon satisfaisante à la manière d'un problème pour une seule personne. Pour satisfaire le problème de l'amour, chacune des deux personnes devrait s'oublier entièrement et se donner entièrement à l'autre, comme si les deux sujets devaient former un seul être nouveau. La même nécessité se rencontre dans une certaine mesure, en ce qui concerne l'amitié et certains problèmes tels que la danse, le jeu ou les

travaux pour lesquels deux personnes se servent du même outil dans le même but. Il est indubitable que cette structure implique l'exclusion des questions d'inégalité, de doute réciproque, d'idées ou de sentiments hostiles. Bien plus, par sa nature même, l'amour ne peut exister sans une certaine attraction physique. Sans aucun doute, il est aussi inclus dans la nature de l'évolution et dans ses répercussions sur l'individu que l'attraction physique influence le choix du partenaire jusqu'à un certain degré, correspondant au stade de développement atteint par l'humanité.

Ainsi l'évolution met nos sentiments esthétiques au service du développement humain, par la figuration d'une façon consciente ou inconsciente d'un idéal supérieur chez notre partenaire. En plus du fait évident de l'égalité dans l'amour, aujourd'hui encore souvent méconnue par l'homme et la femme, le sentiment de dévouement mutuel doit être pris en considération. Ce sentiment de la dévotion est souvent mal compris par les hommes, et plus souvent encore par les femmes. Elles le considèrent comme de l'esclavage et ce sentiment fait surtout reculer devant l'amour ou trouble dans leurs fonctions celles qui dans leur style de vie ont abouti au principe de la supériorité égocentrique. Une déficience portant sur ces trois points, préparation à un problème pour deux, conscience de l'égalité et aptitude à l'abandon, caractérise toutes les personnes qui manquent de sentiment social. La difficulté qu'ils éprouvent dans ce problème les entraîne constamment à des essais d'allègement dans les questions de l'amour et du mariage, ce dernier dans son aspect monogame étant certes la meilleure adaptation à l'évolution. La structure décrite ci-dessus de l'amour exige en plus, puisqu'elle est problème et non point final d'un développement, une décision définitive pour l'éternité, comme elle devra se réaliser comme éternelle dans les enfants et dans leur éducation pour le bien de l'humanité. C'est une triste perspective, inquiétante, que celle qui nous fait nous apercevoir que des erreurs, un manque de sentiment social dans l'amour, peuvent donner lieu à une exclusion de la vie éternelle sur cette terre par les enfants et les œuvres de l'éducation.

Traiter l'amour à la légère, comme cela se voit dans la promiscuité, dans la prostitution, dans la perversion, etc., c'est le priver de toute sa grandeur, de tout son éclat et de tout son charme esthétique. Le refus de conclure une liaison durable sème le doute et la méfiance entre les partenaires du problème commun, et les rend incapables de se dévouer complètement l'un pour l'autre. Des difficultés semblables, quoique variables suivant le cas, pourront être démontrées comme signe d'un sentiment social diminué dans tous les cas d'amour ou de mariage malheureux, dans tous les cas de défaillance à s'acquitter des fonctions auxquelles on avait droit de s'attendre, où seule la correction du style de vie peut amener quelque amélioration. Il est pour moi hors de doute que la dépréciation de l'amour, ce qui signifie manque de sentiment social, comme par exemple dans la promiscuité, a ouvert la voie à l'invasion des maladies vénériennes et a mené ainsi la destruction de vies

individuelles, de familles et de peuplades entières. Comme on ne trouve pas dans la vie de règle d'une justesse absolue, il existe donc des raisons qui plaident en faveur de la dissolution d'une liaison amoureuse ou conjugale. Mais personne n'est pourvu d'une compréhension suffisante au point de pouvoir porter de lui-même un jugement correct. C'est pourquoi il faudrait confier cette question à des psychologues experts, de qui on peut attendre un jugement conforme au sentiment social. La question du malthusianisme préoccupe aussi beaucoup notre époque. Depuis que l'humanité a mis à exécution le commandement, et en se multipliant est devenue aussi nombreuse que les grains de sable de la mer, le sentiment social des êtres humains a fortement relâché sa sévérité en ce qui concerne l'exigence d'une descendance illimitée. Le développement extraordinaire de la technique rend superflues les mains trop nombreuses. Le besoin de collaborateurs a fortement diminué. La situation sociale n'incite pas à poursuivre une reproduction rapide. Le degré fortement accru de la capacité d'aimer compte plus qu'avant avec le bien-être et la santé de la mère. L'accroissement de la civilisation a aussi levé les obstacles qui limitaient la possibilité chez les femmes de cultiver leur intelligence et d'exercer leur pouvoir créateur. Le progrès technique actuel laisse à l'homme et à la femme plus de temps pour s'instruire, se reposer, s'amuser et s'occuper de l'éducation de leurs enfants ; permet un élargissement du temps de repos après la fatigue du travail, qui d'ici peu sera encore augmenté, et qui, s'il est bien utilisé, contribuera beaucoup au bien-être personnel ainsi qu'au bien-être de la famille. Tous ces faits ont contribué à assigner à l'amour, en dehors de sa fonction reproductrice, un autre rôle, presque indépendant du premier, celui d'une élévation du niveau, d'une augmentation du bonheur qui contribue certes au bien-être de l'humanité. Il ne sera pas possible d'arrêter par des lois et des réglementations ce progrès solidement acquis de l'évolution, qui d'ailleurs distingue l'homme de la bête. En ce qui concerne le nombre des naissances, la décision en sera laissée à la femme après soigneuse consultation. Quant à la question de l'interruption artificielle d'une grossesse, les intérêts de la mère et de l'enfant seront au mieux sauvegardés si, en dehors d'une décision médicale, un conseiller psychologique compétent est consulté pour réfuter les causes futiles invoquées en faveur de l'interruption. Par contre, un avis favorable sera accordé pour des motifs plausibles. Dans ces cas sérieux, l'interruption sera effectuée gratuitement dans un établissement hospitalier.

Pour le choix convenable d'un partenaire, il faut tenir compte en premier lieu, à côté de certaines aptitudes et de certains traits physiques et intellectuels, des qualités suivantes qui doivent indiquer un degré suffisant de sentiment social :

- avoir prouvé que l'on sait garder des amitiés ;
- que l'on est capable de s'intéresser à son travail ;
- que l'on porte plus d'intérêt à son partenaire qu'à soi-même.

Il est vrai que la crainte d'avoir des enfants peut avoir des causes égoïstes qui, quelles que soient leurs manifestations, se réduisent toujours en fin de compte à un manque de sentiment social. Tel est le cas de la jeune fille dorlotée qui ne voit simplement dans le mariage que le moyen de continuer à jouer son rôle d'enfant gâtée, ou qui, uniquement soucieuse de son apparence, craint et exagère les difformités que peuvent créer la grossesse ou l'accouchement. Tel est aussi le cas de la femme qui veut rester sans rivale, parfois aussi de celle qui a contracté un mariage sans amour. Dans beaucoup de cas la « protestation virile » joue dans les fonctions de la femme et dans le refus de la grossesse un rôle néfaste. Cette attitude de protestation de la femme contre son rôle sexuel, que j'ai été le premier à décrire sous l'appellation ci-dessus, donne souvent lieu à des troubles de la menstruation et à des troubles fonctionnels dans la sphère sexuelle ; elle résulte toujours du mécontentement d'un rôle sexuel, qui déjà dans la famille était considéré comme inférieur, mais elle sera encore favorisée par l'imperfection de notre civilisation qui essaie d'assigner à la femme secrètement ou ouvertement une situation inférieure. Ainsi l'apparition de la menstruation peut, dans certains cas, par un phénomène de défense psychique de la part de la jeune fille, mener à toutes sortes de troubles et révéler une préparation défectueuse à la coopération. La « protestation virile » dans ses différentes formes - l'une d'entre elles se présentant comme un essai pour jouer le rôle de l'homme et pouvant mener à l'amour lesbien - doit être considérée comme un complexe de supériorité visant à surmonter le complexe d'infériorité : « rien qu'une jeune fille ».

À l'époque qui appartient à l'amour apparaissent aussi, par une préparation insuffisante aussi bien pour la vie professionnelle que pour la vie en société, d'autres formes de dérobade devant l'intérêt social. La forme la plus grave est certes la démence précoce, un séparatisme presque complet devant les exigences de la société. Cette maladie psychique est en rapport étroit avec des infériorités organiques, comme l'a trouvé Kretschmer. Ses démonstrations complètent mes recherches sur l'importance des tares organiques au début de l'existence, encore que cet auteur n'ait pas tenu compte de leur importance pour l'élaboration du style de vie, comme le fait la *Psychologie Individuelle*. L'effondrement dans la névrose devient, sous la pression incessante des facteurs extérieurs qui exigent une préparation à la coopération, de plus en plus fréquent, de même que le suicide considéré comme le retrait idéal, en même temps que la condamnation parfaite des exigences de la vie avec une intention plus ou moins rancunière. L'ivrognerie, comme truchement pour se soustraire par une attitude asociale à des exigences sociales, de même aussi les toxicomanies, sont des tentations auxquelles l'homme dépourvu de sentiment social, en fuite devant les problèmes sociaux, au moment où ils se présentent avec une force accrue, ne pourra que difficilement résister. Lorsqu'on a suffisamment d'expérience dans ce procédé on pourra toujours démon-

trer chez ces sujets le grand besoin de se faire dorloter et d'avoir une vie facile. La même chose est valable pour un grand nombre de délinquants chez lesquels on constate clairement dès l'enfance un manque de courage à côté d'un manque de sentiment social dans le domaine de leur activité. Il n'est pas étonnant que les perversions se manifestent aussi plus souvent à cette période; elles sont attribuées à l'hérédité par les pervers eux-mêmes et par beaucoup d'auteurs qui considèrent les manifestations perverses de l'enfance comme innées ou comme acquises à la suite d'une expérience vécue, alors qu'elles apparaissent manifestement comme les marques d'une éducation mal dirigée, et toujours en même temps con-une le signe évident d'un sentiment social défaillant, qui d'ailleurs s'extériorise d'une façon suffisamment claire par d'autres aspects de leur comportement (Adler, *Problem der Homosexualität*, Leipzig).

Le degré de sentiment social est encore mis à l'épreuve à l'occasion des relations maritales, de la conduite de la profession, des affaires, de la perte d'une personne aimée, lors de laquelle l'individu éprouvé désespère du monde entier, bien qu'il ne s'y soit jamais intéressé auparavant en aucune façon ; à l'occasion de revers de fortune, de déceptions de toutes sortes, circonstances dans lesquelles l'individu qui a été trop choyé se montre impuissant à redresser la situation et à la maintenir en harmonie avec la communauté entière. De même, pour beaucoup la perte d'une place les jette dans le désarroi et les oblige à agir dans un sens anti-social, au lieu de les inciter à s'unir à la communauté pour venir plus aisément à bout de conditions défavorables, par une action concertée.

Je voudrais mentionner encore une dernière épreuve, la peur de la vieillesse et de la mort. Elles n'effrayeront pas celui qui est convaincu de son immortalité dans l'image de ses enfants et dans la conscience de sa contribution à la civilisation croissante. Mais très souvent la peur d'un anéantissement absolu s'extériorise par une déchéance physique rapide et un ébranlement psychique. On trouve souvent des femmes particulièrement frappées par leur superstition des dangers de la ménopause. Celles surtout qui estiment la valeur de la femme non pas d'après le degré de la coopération, mais d'après la jeunesse et la beauté, souffrent d'une façon extraordinaire, adoptent souvent une attitude hostile comme pour se défendre contre une injustice et tombent dans un état de dépression qui peut aboutir à une mélancolie. Il n'est pas douteux, à mon avis, que le niveau actuel de notre civilisation n'a pas donné aux hommes et aux femmes d'un âge déjà avancé la place qui leur est due ; place qu'un droit évident devrait leur réserver ou tout au moins leur donner la possibilité de se créer. Malheureusement à cette période se manifeste chez beaucoup une limitation de la volonté de collaboration. Ils exagèrent leur importance, veulent tout savoir mieux que les autres, s'obstinent dans un sentiment de frustration et contribuent ainsi à créer cette atmosphère, que depuis longtemps peut-être ils ont toujours crainte.

Après avoir acquis une certaine expérience, et après mûre réflexion, il deviendra clair à chacun que nous sommes constamment mis à l'épreuve, acceptés ou rejetés par les problèmes de la vie quant à notre degré de sentiment social.

4

Le problème du corps et de l'âme

[Retour à la table des matières](#)

Il est hors de doute aujourd'hui que tout ce que nous appelons le corps montre une tendance à devenir un tout. D'une façon générale l'atome peut être, de ce point de vue, comparé à la cellule vivante. Tous deux possèdent des forces latentes et manifestes, qui déterminent en partie les contours et la délimitation du corps, en partie aussi la formation d'autres éléments. La différence fondamentale réside certes dans les échanges nutritifs de la cellule en opposition à la faculté de l'atome de se suffire à lui-même. Le mouvement à l'intérieur et à l'extérieur de la cellule et de l'atome ne présente pas de divergences fondamentales. Les électrons ne sont jamais à l'état de repos et une tendance à l'arrêt, comme Freud le postule dans sa conception du désir de la mort, ne se trouve nulle part dans la nature. Ce qui les distingue de la façon la plus claire, ce sont les processus d'assimilation et d'excrétion de la cellule

vivante qui donnent lieu à l'accroissement, à la conservation de la forme, à la multiplication et à la tendance vers une forme définitive idéale ⁵.

Si la cellule vivante, peu nous importe ici son origine, avait été placée dans un milieu idéal qui lui ait assuré sans peine une conservation éternelle - condition inconcevable, il faut l'avouer - elle serait restée constamment identique à elle-même. Sous la pression de difficultés, qu'on peut imaginer dans les cas les plus simples comme purement physiques, ce que nous appelons sans le comprendre le processus vital s'est trouvé contraint d'avoir recours à quelque remède. Parmi les innombrables variétés présentes dans la nature, comme cela se voit certes aussi chez l'amibe, se rapprochent davantage du succès les individus mieux pourvus, capables de trouver une meilleure forme et par là même une meilleure adaptation au milieu. Depuis des milliards d'années que la vie existe sur cette terre, il y a eu manifestement assez de temps pour permettre au processus vital de former des êtres humains à partir des cellules les plus simples et également pour laisser périr des myriades d'êtres vivants qui n'étaient pas de taille à s'opposer à la puissance d'agression de leur entourage.

Dans cette conception qui réunit des vues fondamentales de Darwin et de Lamarck, il faut considérer le « processus vital » comme une tendance dont la direction est maintenue, dans le courant de l'évolution, vers un but éternel d'adaptation aux exigences du monde extérieur.

Dans cet effort vers un but qui ne rend possible ni terme ni repos, étant donné que manifestement les exigences et les problèmes imposés par les forces du monde extérieur ne pourront jamais obtenir une solution définitive de la part d'êtres qui ont été créés par elle, a dû se développer aussi cette faculté qui, suivant l'angle sous lequel elle est considérée, est appelée âme, esprit, psyché, intelligence, et qui inclut toutes les autres « facultés psychiques ». Et bien que nous nous mouvions sur un terrain transcendantal lorsque nous considérons le processus psychique, nous pouvons, fidèles à nos convictions, soutenir que l'âme, appartenant au processus vital et à tout ce que nous incluons en lui, doit présenter le même caractère fondamental que la matrice, la cellule vivante dont elle est issue. Ce caractère fondamental se trouve en premier lieu dans l'éternel essai d'arriver à un règlement avantageux avec les exigences du monde environnant, de vaincre la tendre à une forme finale idéale, et conjointement forces physiques préparées dans ce but au cours de l'évolution, d'atteindre, par une influence et une aide mutuelle, un but de supériorité, de perfection, de sécurité. Comme dans le développement évolutionnaire du corps, la direction du développement psychique est constamment orientée pour arriver à surmonter les difficultés par une solution juste des problèmes que le monde extérieur nous pose. Chaque solution erronée, résultat d'un développement physique ou psychique inadéquat, démontre son

⁵ Voir Smuts, *Wholeness and Evolution*, Londres.

impropriété par l'échec qui peut mener jusqu'à la suppression et l'extermination de l'individu égaré. Le processus de l'échec peut dépasser l'individu et nuire à ceux qui lui sont associés, à sa descendance, et entraîner dans les pires difficultés les familles, les tribus, les peuples et les races. Comme toujours dans l'évolution, ces difficultés peuvent, après avoir été surmontées, mener souvent à de grandes réussites, à un plus grand pouvoir de résistance. Mais une multitude de plantes, d'animaux et d'êtres humains sont devenus victimes de ce processus d'auto-épuration cruelle. Ce qui, aujourd'hui, paraît résistant en moyenne, a momentanément surmonté l'épreuve⁶. Il résulte de cette conception que dans le processus physique nous avons affaire à un effort pour maintenir le corps, suivant son activité, dans un état d'équilibre approximatif pour pouvoir affronter victorieusement les exigences du monde environnant, ses avantages et ses inconvénients. Si on considère un côté seulement de ce processus (d'une façon unilatérale) on arrive à la conception d'une « sagesse du corps »⁷. Mais le processus psychique aussi est obligé d'avoir recours à cette sagesse qui le rend plus apte à résoudre favorablement les questions du monde environnant et à maintenir activement un équilibre constant entre le corps et l'âme. Dans une certaine mesure, le degré évolutionnaire pourvoit à cet équilibre; tandis que le but de supériorité trouvé dans l'enfance, le style de vie, la loi dynamique de l'individu pourvoit à son activité.

La loi fondamentale de la vie est donc le triomphe sur les difficultés. L'instinct de conservation, l'équilibre physique et psychique, le développement somatique et psychique et la tendance à la perfection lui sont soumis.

Dans l'instinct de conservation sont incluses : la compréhension et la faculté d'éviter le danger, la procréation comme voie évolutionnaire pour la survivance d'une participation corporelle au-delà de la mort, la collaboration au développement de l'humanité, qui conserve d'une façon immortelle l'esprit de ses collaborateurs et le rendement socialisé de tous ceux qui ont pris part à la réalisation de tous les buts indiqués.

Le miracle de l'évolution est manifesté dans le perpétuel effort assuré par le corps, pour en même temps conserver, compléter et remplacer tous les éléments nécessaires à sa vie. La coagulation du sang en cas de blessure, l'équilibre largement assuré de l'eau, du sucre, du calcium, des matières albuminoïdes, la régénération du sang et des cellules, l'action harmonieuse des glandes endocrines sont les produits de l'évolution et démontrent la force de résistance de l'organisme en face des agressions extérieures. Le maintien et le renforcement de ce pouvoir de résistance est le résultat d'un vaste brassage sanguin, dans lequel des défauts seront atténués, des avantages retenus et accrus. Là aussi la socialisation des êtres humains, la collectivité ont participé

⁶ Voir Adler, *Heilen und Bilden*, Munich.

⁷ Voir Cannon, *The wisdom of the body*, New York.

victorieusement. L'exclusion de l'inceste n'était donc rien de plus qu'une évidence dans la recherche de la socialisation.

L'équilibre psychique est constamment menacé. Dans sa tendance à la perfection, l'homme est en permanence dans un état de tension psychique et il est conscient des faibles moyens dont il dispose pour atteindre le but de la perfection. C'est uniquement le sentiment d'avoir atteint un degré satisfaisant dans sa tendance à s'élever qui peut lui procurer le sentiment de la quiétude, de la valeur, du bonheur. L'instant suivant son but l'attire de nouveau plus loin. Là il devient clair qu'être un homme signifie posséder un sentiment d'infériorité qui exige constamment sa compensation. La direction de la compensation recherchée est mille fois aussi diverse que le but de la perfection recherchée. Plus profondément est ressenti le sentiment d'infériorité, plus impérieux sera le désir de compensation, et plus violente sera l'agitation émotionnelle. Mais l'assaut des sentiments, les émotions et les états affectifs ne restent pas sans influence sur l'équilibre physique. L'organisme, par les voies du système nerveux végétatif, du nerf vague, des modifications endocriniennes, subit des changements qui ont leur répercussion dans la circulation sanguine, les sécrétions, le tonus musculaire et sur presque tous les organes. Comme phénomènes passagers ces manifestations sont naturelles, elles se montrent seulement différentes dans leur apparence, suivant le style de vie du sujet. Si elles persistent, on parle de névrose organique fonctionnelle. Comme les psychonévroses, elles doivent leur apparition à un style de vie qui, dans le cas d'un sentiment d'infériorité plus marqué, montre une tendance à battre en retraite devant le problème auquel l'individu est confronté, et à assurer cette retraite par le maintien des symptômes de choc organiques ou psychiques qui ont été déclenchés. Ainsi s'extériorise le processus de l'âme dans l'organisme. Mais aussi dans le domaine purement psychique donnant lieu à toutes sortes d'échecs psychiques, à des actions et des renoncements qui sont hostiles aux exigences de la société.

Inversement l'état organique exerce une influence sur le processus psychique. Le style de vie se façonne, suivant notre expérience, dans la première enfance. L'état organique héréditaire présente à cette occasion la plus grande influence. L'enfant réalise, dès qu'il commence à se mouvoir et à agir, la validité de ses organes corporels. Il la réalise, mais ne sait ni l'exprimer, ni la concevoir par des mots ou des concepts. Comme d'autre part la prévenance de l'entourage est essentiellement différente, ce que l'enfant ressent de ses possibilités de rendement restera toujours inconnu. Usant d'une grande prudence et disposant de l'expérience d'une probabilité statistique, il est permis de conclure, d'après notre connaissance de l'infériorité des organes, de l'appareil digestif, de la circulation du sang, de l'appareil respiratoire, des organes à sécrétion interne, des glandes endocrines, des organes des sens, que l'enfant réalise le poids de l'effort à faire, dès le début de son existence. Mais la manière d'après laquelle il essaye de résoudre au mieux ce problème, ne pourra

être comprise que d'après ses mouvements et d'après ses efforts. Car ici toute considération causale n'est d'aucun secours. Ici se manifeste à l'œuvre la force créatrice de l'enfant. S'agitant dans l'espace presque illimité de ses possibilités, l'enfant subit un entraînement à force de tentatives et d'erreurs et s'engage dans une voie largement tracée vers un but de perfection qui semble lui offrir la réussite. Qu'il se démène activement ou garde une attitude passive, qu'il commande ou bien se soumette, qu'il soit sociable ou bien égoïste, courageux ou lâche, quelles que soient ses variations de forme et de tempérament, qu'il soit facilement excitable ou bien indifférent, l'enfant décide du destin de sa vie entière et développe sa loi dynamique en harmonie, comme il le suppose, avec son entourage. Le progrès, la marche vers un but de réussite est différent pour chaque individu et varie avec chacun dans de multiples nuances, de sorte que ne peut être indiqué que ce qui est typique dans chaque cas; pour les différences individuelles force est d'avoir recours à des descriptions détaillées.

Sans le savoir que lui apporte la psychologie individuelle, l'individu lui-même peut rarement indiquer avec netteté la direction que prend son chemin, souvent même il la décrit tout à l'opposé. C'est la connaissance de sa loi dynamique qui d'abord nous renseigne. Grâce à cela nous découvrons son but, la signification des formes d'expression qui peuvent être des mots, des pensées, des sentiments ou des actions. A quel point le corps est soumis à cette loi dynamique, c'est ce que révèlent certaines tendances de ses fonctions, une forme de langage souvent plus expressive que les mots, plus clairement significative, mais tout de même un langage du corps, et que j'ai appelé le « jargon des organes ». Un enfant, par exemple, qui se conduit d'une façon obéissante, mais qui mouille son lit la nuit, manifeste ainsi l'opinion qu'il répugne à se soumettre aux exigences de notre civilisation. Un homme qui prétend être courageux, qui peut-être même croit à son courage, démontre tout de même par son tremblement et par l'accélération de son pouls qu'il a été troublé dans son équilibre psychique.

Un femme mariée, âgée de 32 ans, se plaint de violentes douleurs autour de l'œil gauche et de diplopie qui l'oblige à garder l'œil gauche fermé. C'est depuis onze ans que la malade présente ces accès ; le premier remonte à l'époque de ses fiançailles. L'accès actuel date de sept mois, les douleurs disparaissent par moment, la diplopie reste constante. La malade attribue ce dernier accès à un bain froid et croit avoir fait l'expérience que les précédents étaient provoqués par des courants d'air. Un frère cadet souffre d'accès identiques avec diplopie, à la suite d'une grippe, sa mère aussi. Les douleurs pouvaient au cours des accès antérieurs être ressenties autour de l'œil droit ou passer d'un côté à l'autre.

Avant son mariage elle enseignait le violon, se produisait dans des concerts et aimait sa profession à laquelle elle a dû renoncer depuis son mariage.

Elle vit actuellement, pour être plus près de son médecin, prétend-elle, dans la famille de son beau-frère et s'y trouve tout à fait heureuse.

Elle dépeint sa famille, en particulier son père, elle-même et plusieurs de ses frères comme excitables et coléreux. Si nous ajoutons - ce que découvre et confirme l'interrogatoire - qu'ils sont autoritaires, nous voyons que nous avons affaire à ce type que j'ai décrit comme étant enclin à la céphalée, à la migraine, à la névralgie du trijumeau et à des accès épileptoïdes (voir *Pratique et théorie de la psychologie individuelle*, trad. franç. Payot, Paris).

La malade se plaint aussi d'envies fréquentes d'uriner qui se présentent toujours lorsqu'elle est en état de tension nerveuse, à l'occasion de visites ou de rencontres avec des personnes étrangères, etc.

Dans mon travail sur l'origine psychique de la névralgie du trijumeau, j'ai insisté sur le fait que dans les cas dépourvus de fondement organique on rencontre toujours une tension affective augmentée qui se manifeste clairement par toutes sortes de symptômes nerveux, comme ceux que nous avons justement constatés, et qui, par excitation vasomotrice ainsi que par l'excitation du système sympathico-surrénalien, peut provoquer à des points de prédilection, très probablement grâce à des modifications de l'irrigation sanguine, des symptômes tels que la douleur, mais aussi des manifestations paralytiques. J'ai aussi émis l'opinion que des asymétries du crâne, de la face, des veines et des artères, trahissent probablement des asymétries similaires à l'intérieur de la calotte crânienne, dans les méninges et le cerveau, lesquelles intéressent sans doute les voies et le calibre des veines et artères de cette région ; les fibres nerveuses et les cellules montrent peut-être même dans un des deux hémisphères cérébraux un développement plus faible. Une attention particulière devrait être donnée aux voies des troncs nerveux qui certainement asymétriques eux aussi, peuvent se montrer comme étant trop étroits sur un côté du crâne, en cas de dilatation des veines et des artères. On peut constater d'après la couleur de la peau du visage et, en cas de colère, d'après les veines du front devenues saillantes, que le remplissage des vaisseaux change au moment des émotions, surtout de la colère, mais aussi à l'occasion de la joie, de la peur et du chagrin. Il y a lieu de supposer que de pareilles modifications se produisent aussi dans les couches profondes. Il faudra encore de longues recherches pour éclaircir toutes les complications qui entrent en jeu à cette occasion.

Or si nous arrivons dans ce cas à déceler non seulement la prédisposition à la colère due à un style de vie autoritaire, mais aussi le facteur exogène précédant l'accès, plus violent qu'aucun de ceux éprouvés jusqu'alors, si nous pouvons constater la tension psychique permanente depuis la première enfance, le complexe d'infériorité et de supériorité, le manque d'intérêt pour les autres, l'égoïsme présent non seulement dans sa vie actuelle mais aussi dans ses souvenirs et ses rêves, si de plus nous obtenons un succès par le

traitement dans le sens de la psychologie individuelle, peut-être même un succès durable, alors on aura apporté une preuve encore plus probante, que des maladies telles que la céphalée nerveuse, la migraine, la névralgie du trijumeau et des accès épileptoïdes, là où des troubles organiques font défaut, pourront être amenés à une guérison peut-être définitive par une modification du style de vie, par une baisse de la tension psychique, par un élargissement du sentiment social.

L'envie impérieuse d'uriner à l'occasion de visites nous fournit déjà l'image d'une personne trop facilement irritable et nous montre que l'envie d'uriner, de même que le bégaiement et d'autres troubles et traits de caractère nerveux, tel le trac, sont dus à un facteur exogène : la rencontre avec d'autres personnes. A cette occasion il faut aussi envisager l'accentuation du sentiment d'infériorité. Celui qui a une certaine connaissance de la psychologie individuelle apercevra ici facilement la dépendance de l'opinion des autres et par conséquent l'aspiration accentuée vers l'affirmation, c'est-à-dire vers une supériorité personnelle. La malade déclare elle-même ne pas s'intéresser aux autres. Elle prétend ne pas être craintive et pouvoir parler avec d'autres sans difficultés, mais dépasse de loin la mesure par son bavardage et me laisse à peine prendre la parole, ce qui est un signe certain de sa tendance à une autoreprésentation exaspérée. Dans le ménage elle est bien la personne qui commande, mais elle échoue devant l'indolence et le besoin de repos de son mari qui travaille durément et qui rentre tard à la maison, fatigué et guère disposé à sortir avec sa femme ou à poursuivre une conversation avec elle. Quand elle doit se présenter devant un public, elle a le trac. À la question posée, considérée par moi comme étant de grande importance, sur ce qu'elle ferait si elle était guérie - une question dont la réponse démontre nettement en face de quel problème le malade recule - la malade répond d'une façon évasive en faisant allusion à ses perpétuelles céphalées. Au niveau du sourcil gauche se trouve une profonde cicatrice, suite d'une intervention sur le sinus ethmoïde, intervention qui a été rapidement suivie d'autres accès de migraine. La malade soutient fermement et avec opiniâtreté que le froid sous toutes ses formes lui est nuisible et qu'il peut provoquer les accès. Néanmoins elle avait avant le dernier accès pris un bain froid, qui, comme elle l'affirme, déclenche promptement l'accès. Les accès ne sont pas précédés d'une aura. Parfois le début de l'accès est accompagné de nausées, mais pas toujours. Elle a été sérieusement examinée par différents médecins qui n'ont pas constaté de modifications organiques. L'examen radiologique du crâne, l'examen sanguin et urinaire se montrèrent négatifs. Examen de l'utérus : infantile, avec antéversion et antéflexion. J'ai souligné dans mon étude sur l'infériorité des organes (*Studie über Minderwertigkeit von Organen*) que non seulement on trouve fréquemment des infériorités organiques chez les névrosés, fait qui est confirmé par le résultat des recherches de Kretschmer, mais aussi qu'en cas d'infériorités organiques il faudra toujours s'attendre à une infériorité des organes sexuels, ce qui a été

démontré par Kyrle malheureusement trop tôt décédé. Voici un de ces exemples.

Il apparut que la malade présentait une peur insensée de la grossesse, depuis qu'elle avait assisté avec la plus grande frayeur à la naissance d'une sœur cadette. Ceci confirme ma mise en garde contre l'explication trop précoce des faits sexuels aux enfants, tant qu'on n'est pas sûr qu'ils peuvent les comprendre et les assimiler exactement. A l'âge de onze ans son père l'accusa à tort d'avoir eu des rapports sexuels avec le fils d'un voisin. Ce contact prématuré avec la question sexuelle, associée étroitement à de la frayeur et de l'angoisse, renforça sa prévention contre l'amour qui pendant le mariage se traduisit par de la frigidité. Avant de contracter le mariage, le fiancé dut formellement s'engager à renoncer pour toujours à avoir des enfants. Ses accès de migraine et la peur constante du retour de ces accès lui permirent facilement de réduire les rapports sexuels au minimum. Comme cela se voit souvent chez les jeunes filles très ambitieuses, ses rapports amoureux devaient fatalement aboutir à des difficultés, parce qu'elle considérait à tort ces derniers, avec un lourd sentiment d'infériorité, comme une humiliation pour la femme (conception que le retard de notre civilisation favorise).

Le sentiment d'infériorité et le complexe d'infériorité - ces conceptions fondamentales de la psychologie individuelle qui, autrefois, ainsi que la protestation virile, faisaient voir rouge aux psychanalystes - sont aujourd'hui entièrement acceptés par Freud, mais difficilement incorporés à son système, quoique sous une forme très atténuée. Mais ce qui jusqu'à présent n'est pas encore compris par cette école, c'est le fait que pareille jeune fille est constamment sous l'effet d'états affectifs de prévention qui ébranlent le corps et l'âme et qui ne se manifestent, sous forme de symptôme aigu, que sous l'effet d'un facteur exogène, au cas où son sentiment social est mis à l'épreuve.

Dans notre cas les manifestations symptomatiques sont la migraine et l'envie impérieuse d'uriner; les symptômes permanents : la peur d'avoir des enfants et la frigidité persistant depuis son mariage. Je crois avoir contribué pour une bonne part à l'explication de la migraine chez cette personne autoritaire et coléreuse, et il semble que seules les personnes ainsi faites, avec l'adjonction de l'asymétrie, peuvent présenter le symptôme morbide de la migraine décrite ci-dessus et d'autres algies similaires. Mais je dois encore indiquer quel est le facteur exogène qui a déclenché le dernier accès particulièrement grave. Je ne peux pas nier entièrement que dans ce cas le bain froid a déclenché l'accès, mais ce qui m'étonne c'est que la malade, qui depuis si longtemps était renseignée sur l'effet néfaste du froid, se soit montrée prête, il y a sept mois, à prendre sans hésitation le bain froid, sans, comme elle dit, avoir pensé au danger. Sa vague de colère serait-elle montée à ce moment? Son accès survint-il à ce moment précis parce qu'il avait trouvé une occasion favorable? Avait-elle un adversaire, comme son mari qui l'aimait, qu'elle

voulait frapper et prit-elle le bain froid comme quelqu'un qui commet un suicide par vengeance, pour punir une personne dévouée? Est-elle toujours encore en colère contre elle-même, parce que en colère contre un autre ? Est-ce qu'elle se plongeait dans la lecture sur la migraine, consultait-elle des médecins et cherchait-elle à se pénétrer de la conviction qu'elle ne pourrait jamais guérir, afin d'ajourner la solution des problèmes de la vie, qui l'effrayent parce qu'elle manque de sentiment social ?

Elle estime son mari, mais elle est assez éloignée de l'amour et n'a jamais vraiment aimé. À la question posée à plusieurs reprises, sur ce qu'elle ferait si elle était guérie d'une façon définitive, elle répondit enfin; elle quitterait la province pour se rendre dans la capitale, pour y donner des leçons de violon et entrer dans un orchestre. Celui qui a acquis grâce à l'enseignement de la psychologie individuelle l'art de la divination, comprendra facilement que ceci signifie la séparation d'avec son mari, lequel est lié à sa ville de province. Confirmation : sa sensation de bien-être dans la maison de sa belle-sœur et les reproches contre son mari. Comme son époux la vénère et lui donne la meilleure occasion de laisser libre cours à ses tendances dominatrices, il lui est naturellement très difficile de se séparer de lui. Ici je dois vous mettre en garde contre l'idée de lui faciliter le chemin de la séparation par des conseils et de bonnes paroles et je déconseille, surtout dans ce cas et dans des cas semblables, de recommander un amant. Ces malades savent bien ce qu'est l'amour, mais ne le comprennent pas, et seraient exposées à de graves déceptions, pour lesquelles elles rendraient le médecin responsable si elles suivaient son conseil. Le problème, dans de tels cas, consiste à rendre la femme plus apte au mariage. Mais auparavant il faut faire disparaître les erreurs dans son style de vie.

Constatation après examen détaillé : le côté gauche de la figure est légèrement plus petit que le côté droit, en conséquence le bout du nez est légèrement dévié à gauche. L'œil gauche, actuellement malade, présente une fente palpébrale plus rétrécie que le droit. Je ne peux pas expliquer pourquoi le symptôme se présente parfois aussi du côté droit. La malade se trompe peut-être en déclarant cela.

Un rêve qu'elle eut : j'étais allée au théâtre avec ma belle-sœur et une sœur aînée. Je leur disais qu'elles attendent un peu, qu'elles allaient me voir sur la scène. Explication : elle essaye toujours de se distinguer devant ses parents. Elle voudrait aussi jouer dans un orchestre de théâtre. Elle croit ne pas être suffisamment estimée par ses parents. La théorie que j'ai émise de l'infériorité organique avec compensation psychique (fait, qui comme je voudrais l'établir, se trouve à la base des constatations de Kretschmer et Jaensch) se trouve être valable ici aussi. Il est certain qu'il existe un défaut dans l'appareil visuel de cette femme, comme d'ailleurs chez son frère qui souffre de la même maladie.

Je ne peux pas décider si c'est quelque chose de plus qu'une anomalie de l'irrigation ou des trajets nerveux. La vision est normale, ainsi que le métabolisme basal. La thyroïde n'est apparemment pas modifiée. Le rêve du théâtre et celui où elle désire se montrer sur la scène plaident nettement en faveur du type visuel préoccupé de l'apparence extérieure. Son mariage, son domicile en province l'empêchent de se produire au dehors, la grossesse et un enfant constitueraient un obstacle identique.

La guérison complète s'effectue au cours d'un mois. Auparavant vint l'explication du facteur exogène, qui avait amené le dernier accès. Elle avait trouvé dans la poche du veston de son mari la lettre d'une jeune fille, lettre qui ne contenait que quelques mots de salutation. Son mari put calmer sa suspicion. Néanmoins elle persista dans une humeur méfiante, devint jalouse, ce qu'elle n'avait jamais ressenti précédemment. De cette époque date son bain froid et le début de son accès. Un de ses derniers rêves, qui suivit la manifestation de sa jalousie et de sa vanité blessée, prouve encore le maintien de sa suspicion et met en évidence une attitude circonspecte et méfiante vis-à-vis de son mari. Elle vit un chat attraper un poisson et se sauver avec. Une femme poursuivait le chat pour lui reprendre le poisson. L'explication s'impose sans grande science. Elle essaye par un langage métaphorique, où tout est exprimé d'une façon plus puissante, de se défendre contre un enlèvement semblable de son mari. Il résulte d'une conversation qu'elle n'a jamais été jalouse, étant donné que sa fierté lui avait interdit cette vilaine habitude, mais qu'elle avait pris en considération la possibilité d'une infidélité de son mari depuis la trouvaille de la lettre. Ayant pris en considération cette infidélité, sa colère augmenta contre la soi-disant dépendance de la femme vis-à-vis de l'homme. Son bain froid était donc la vengeance de son style de vie face au fait qu'elle croyait que sa valeur dépendait maintenant certainement de son mari, et face à la reconnaissance insuffisante de cette valeur de la part de son mari. Si elle n'avait pas eu ses accès de migraine à la suite de choc déclenché chez elle, elle aurait été obligée de se considérer comme étant sans valeur. Or ceci aurait été la pire chose qui pourrait lui arriver.

5

Morphologie, dynamisme et caractère

[Retour à la table des matières](#)

Ici il s'agit de discuter la valeur et le sens des trois phénomènes, morphologie, dynamisme et caractère, tels qu'ils se présentent dans l'espèce humaine. Une connaissance scientifique de la nature humaine doit évidemment être basée sur l'expérience. Mais la simple collection des faits ne suffit pas à constituer une science. Ce n'est qu'une étape préalable et le matériel collectionné a besoin d'un classement satisfaisant d'après un principe commun. Que le poing dressé dans la colère, le grincement des dents, un regard rageur, des injures hurlées etc., soient autant de mouvements qui correspondent à une attaque, sont des notions tellement évidentes, que dans ce domaine la curiosité scientifique en vue de se rapprocher de la vérité - et c'est cela que signifie la science - n'y trouve plus de problème. Ce n'est que lorsqu'on réussit à faire entrer ces manifestations avec d'autres, dans une corrélation plus vaste,

jusque-là inexpliquée, d'où se découvrent de nouveaux points de vue et où semblent se résoudre et s'éclairer d'anciens problèmes, qu'on a le droit de parler de science.

La forme des organes humains ainsi que la morphologie humaine se trouvent en harmonie approximative avec le genre de vie et elles doivent leur schéma à un processus d'adaptation aux conditions extérieures stables pour de longues époques. Le degré de l'adaptation varie considérablement et ne se fait remarquer dans sa forme, que lorsqu'une certaine limite est dépassée suffisamment pour attirer notre attention. Sur cette base du développement de la forme humaine agissent d'ailleurs encore une multitude d'autres facteurs, parmi lesquels je voudrais souligner :

1 ° La disparition de certaines variantes pour lesquelles il n'y a pas de possibilités passagères ou définitives d'existence. Ici interviennent non seulement la loi de l'adaptation organique, mais aussi des formes erronées du mode de vie qui ont démesurément pesé sur des collectivités plus ou moins grandes (guerre, mauvaise administration, manque d'adaptation sociale, etc.). Nous serons donc obligés de tenir compte en dehors des lois rigides de l'hérédité, plus ou moins en accord avec les lois de Mendel, de la plasticité des organes et de la morphologie dans le processus évolutif de l'adaptation. Le rapport entre la forme et les difficultés individuelles et générales s'exprime par la valeur fonctionnelle.

2° La sélection sexuelle. Elle semble se diriger du fait de l'accroissement de la civilisation et de l'augmentation des échanges vers une unification des formes et des types, et elle est influencée plus ou moins par les connaissances biologiques et médicales ainsi que par le sentiment esthétique qui en résulte, ce dernier facteur sujet à des changements et des erreurs. Les idéaux de beauté dans leurs contrastes, tels que l'athlète et l'hermaphrodite, l'opulence et la maigreur, montrent combien ces influences sont sujettes à changements, changements qui sont certes fortement stimulés par l'art.

3° La corrélation des organes. Les différents organes se trouvent reliés entre eux comme par une alliance secrète, de concert avec les glandes à sécrétion interne (thyroïde, glandes sexuelles, surrénales, hypophyse) et ils peuvent mutuellement se porter aide ou se causer préjudice. Il arrive ainsi qu'il existe des formes qui seraient vouées individuellement à la décadence mais qui, reliées à l'ensemble, ne gênent pas particulièrement la valeur fonctionnelle de l'individu. Dans cet effet d'ensemble le système nerveux périphérique et central joue un rôle prépondérant; en liaison avec le système sympathique il fait preuve d'une grande possibilité d'augmentation de rendement et il est capable par un entraînement convenable, physique et psychique, d'augmenter la valeur

fonctionnelle générale de l'individu. On doit à cette circonstance que même des formes atypiques, voire nettement erronées, ne menacent pas nécessairement l'existence continue d'individus et de générations, étant donné qu'elles reçoivent une compensation d'autres sources d'énergie, de sorte que le bilan d'ensemble de l'individu peut se maintenir en équilibre et même parfois au-dessus du niveau habituel. Une enquête impartiale démontrera que les hommes les plus remarquables et les plus éminents ne se trouvent pas toujours parmi les plus beaux. Ceci suggère aussi l'idée qu'une eugénique individuelle ou raciale ne pourrait créer de valeurs que dans une mesure très restreinte et qu'elle serait chargée d'une telle quantité de facteurs compliqués qu'un jugement erroné paraît plus probable qu'une conclusion juste. Une statistique, si exacte qu'elle soit, ne pourrait aucunement être valable pour le cas d'espèce.

L'œil légèrement myope, avec sa structure allongée, présente généralement un avantage indéniable dans notre civilisation dont l'organisation est basée sur un travail proche et minutieux, puisque la fatigue de l'œil est ainsi presque exclue. Dans notre civilisation de droitiers, le sujet gaucher est certes désavantagé (40 % de gauchers). Et pourtant nous trouvons parmi les meilleurs dessinateurs et peintres, parmi les hommes les plus habiles de leurs mains, un nombre surprenant de gauchers qui, avec une main droite, mieux entraînée, produisent des chefs-d'œuvre. Les obèses comme les maigres sont menacés de dangers différents, quoique de gravité presque égale, bien qu'au point de vue de l'esthétique et de la médecine, la balance paraît pencher de plus en plus en faveur des maigres. Une main courte et large se montre certes plus apte pour les travaux de force à cause de son action de levier plus favorable. Mais le développement technique rend les travaux de force individuels de plus en plus superflus, étant donné le perfectionnement des machines. La beauté physique - quoique nous ne puissions pas nous soustraire à son charme - apporte avec elle autant d'avantages que de désavantages. Certains ont dû être frappés par la constatation, que parmi les sujets célibataires et sans descendance on trouve d'une façon surprenante beaucoup de gens bien bâtis, alors que souvent des types moins engageants participent à la procréation parce qu'ils sont supérieurs à d'autres points de vue. Combien de fois trouvons-nous dans certaines places et à certains emplois d'autres types que ceux auxquels on s'attendait : des alpinistes à pied plat et jambes courtes, des tailleurs herculéens, des favoris des femmes mal bâtis. Dans de tels cas seule une connaissance plus approfondie des complications psychiques nous permet la compréhension de ces contradictions apparentes. Chacun connaît certainement des sujets d'aspect infantile à l'esprit particulièrement mûr et des types virils qui se conduisent en enfants, des géants lâches et des nains courageux, des gentilhommes laids et difformes et de belles crapules, de grands criminels d'allure efféminée et des cœurs tendres avec une apparence de brute. Que la syphilis et l'alcool nuisent au germe de la descendance et lui imposent bien souvent une empreinte extérieure spécifique est un fait bien établi, et aussi que cette descendance succombe plus facilement. Mais les exceptions ne sont

pas rares et dernièrement encore Bernard Shaw, si robuste malgré son grand âge, nous parlait de son père alcoolique. Au principe transcendant de la sélection s'oppose l'influence obscure, parce que trop compliquée, des lois d'adaptation. Comme se lamentait déjà le poète : « Et Patrocle repose dans sa tombe tandis que Thersite revient. » Après les guerres de Suède si meurtrières, il y eut pénurie d'hommes. Une loi obligea tous les survivants, aussi bien les malades que les difformes, à contracter mariage. Si on peut établir des comparaisons parmi les nations, les Suédois d'aujourd'hui passent pour appartenir aux plus beaux types. Dans la Grèce ancienne on exposa les enfants difformes. Dans le mythe d'Oedipe se montre la malédiction de la nature outragée, peut-être serait-il mieux de dire, de la logique outragée de la société humaine.

Peut-être portons-nous tous en nous une image idéale de la forme humaine et jugeons-nous les autres à la mesure de cette image. En vérité, dans la vie nous ne pourrions jamais nous passer de la faculté de deviner. Des esprits, qui prennent une envolée plus élevée, l'appellent intuition. Au psychiatre et au psychologue se pose la question de découvrir d'après quelles normes, qui nous sont inhérentes, nous jugeons la forme humaine. Ici paraissent décider du résultat certaines expériences de la vie, souvent de peu d'importances et des images stéréotypées, le plus souvent retenues dans l'enfance. Lavater et d'autres en ont tiré un système. À considérer l'extraordinaire similitude de ces impressions, d'après lesquelles nous imaginons les gens avarés, bienveillants, méchants et criminels, on ne peut pas se refuser, malgré tous les scrupules justifiés, à supposer que notre intelligence, qui en secret soupèse les choses, interroge là la forme d'après son contenu et son sens. Serait-ce l'esprit qui se façonne un corps à son image ?

Je voudrais souligner deux des thèses concernant ce thème, étant donné qu'elles peuvent jeter une certaine lumière sur le problème si obscur de la forme et du sens. Nous ne devons pas oublier la contribution de Carus à ce sujet, réanimée grâce aux mérites de Mages. Et je ne voudrais pas omettre les contributions de deux auteurs plus récents, Jaensch et Bauer. Mais surtout je voudrais souligner le travail remarquable de Kretschmer, *Morphologie et caractère*, ainsi que mon *Étude sur l'infériorité des organes*. Cette dernière est de beaucoup la plus ancienne des deux. Je crois y avoir trouvé les traces du pont qui, d'une infériorité organique héréditaire, d'une variante de forme négative, provoque une tension particulière dans l'appareil psychique, en donnant naissance à un sentiment d'infériorité plus grand. Les exigences du monde extérieur sont de ce fait ressenties comme par trop hostiles, et le souci concernant le propre moi augmente dans un sens nettement égocentrique, faute d'un entraînement approprié. De là résultent l'hypersensibilité psychique, le manque de courage et d'esprit de décision et un schéma d'aperception anti-social. La vision du monde extérieur s'oppose à une adaptation et conduit à des échecs. Ici s'ouvre une perspective d'où - en usant de la plus grande

circonspection et en contrôlant constamment les confirmations et les contradictions - on peut, d'après la forme, tirer des conclusions sur la nature et le sens. Je ne peux pas préciser si des physionomistes expérimentés, instinctivement et en dehors des limites de la science, ont suivi ce chemin. J'ai pu souvent confirmer d'autre part que l'entraînement psychique résultant de cette plus grande tension a pu mener à de plus grands rendements. Je crois ne pas me tromper si d'après quelques expériences je tire la conclusion que par un entraînement psychique approprié des glandes endocrines, telles que les glandes sexuelles, peuvent être stimulées, alors que par contre un entraînement inopportun leur sera nuisible. Ce n'est sans doute pas par hasard que j'ai trouvé si souvent, aussi bien chez les garçons infantiles, efféminés, que chez les jeunes filles à type masculin, un entraînement dans le sens opposé, entraînement qui a été provoqué par les parents.

Kretschmer en opposant le type picnoïde au type schizoïde, avec leurs diversités morphologiques et leurs processus psychiques particuliers, nous a donné une description qui semble avoir une destinée fatale. Le pont entre forme et sens se trouvait en dehors de son intérêt. Son brillant exposé de ces faits sera certes un des points de départ qui contribueront à l'éclaircissement de notre problème.

L'examineur qui cherche à comprendre *le sens du mouvement* se trouve sur un terrain beaucoup plus sûr. Là aussi il y a beaucoup de réservé à la faculté de deviner et il faudra dans chaque cas toujours chercher, d'après les relations d'ensemble des faits à confirmer, si ce qu'on a deviné est juste. Ce disant nous affirmons, comme la psychologie individuelle l'a toujours souligné, que chaque mouvement provient de l'individualité tout entière, et qu'il porte en lui son style de vie ; que chaque moyen d'expression provient de *l'unité de la personnalité*, dans laquelle il n'existe ni contradiction, ni ambivalence, ni âme double. Tous ceux qui ont saisi les finesses et les nuances de la conscience nieront que quelqu'un puisse dans son inconscient être différent de ce qu'il est dans sa vie consciente - division toute artificielle d'ailleurs qui résulte uniquement du fanatisme pour l'analyse. Tel quelqu'un se meut, tel est le sens de sa vie.

La psychologie individuelle a essayé de développer scientifiquement la thèse du sens des moyens d'expression. Deux facteurs avant tout dans leurs variations innombrables permettent là une interprétation. Le premier prend forme dès la première enfance et montre la tendance à surmonter une situation d'insécurité, à trouver un chemin qui d'un sentiment d'infériorité mènerait à un sentiment de supériorité, et à atténuer la tension. Ce chemin devient habituel dès l'enfance avec ses particularités et ses variantes et se montre comme une forme dynamique restant identique pendant toute la vie. Sa nuance individuelle présume chez l'examineur une compréhension artistique. Le deuxième facteur nous donne un aperçu de l'intérêt social de la personne en cause,

du degré de sa volonté à coopérer ou non avec ses semblables. Notre jugement sur sa façon de regarder, d'écouter, de parler, d'agir ou de produire, notre évaluation et notre discrimination de tous ces moyens d'expression ont pour objet de jauger sa capacité de contribution à la vie sociale. Développés dans une atmosphère d'intérêt réciproque, ils démontrent à chaque épreuve le degré de leur préparation à la contribution. La ligne initiale de mouvement sera toujours apparente, avec - bien sûr - des milliers de variantes, et persistera jusqu'à la mort. À travers le temps et d'une façon ininterrompue la tendance sera guidée par cette poussée vers le triomphe. Le facteur sentiment social nuance et colore ce mouvement dans son effort ascendant.

Si dans la recherche des unités les plus intimes nous désirons faire avec la plus grande prudence un pas en avant, nous atteignons un point de vue qui nous permet de deviner comment le mouvement devient forme. La plasticité de la forme vivante a certes ses limites, mais à l'intérieur de ces limites le mouvement individuel s'effectue et reste toujours le même pour des générations, des peuples et des races, identique dans le cours du temps. Le mouvement se prend dans un moule et devient la forme.

Ainsi la connaissance de la nature humaine à partir de la forme devient possible si nous reconnaissons en elle le mouvement qui l'a façonnée.

6

Le complexe d'infériorité

[Retour à la table des matières](#)

J'ai depuis longtemps insisté sur le fait qu'être homme, c'est se sentir inférieur. Peut-être y a-t-il des gens qui ne se souviennent pas d'avoir éprouvé ce sentiment d'infériorité. Peut-être certains sont-ils choqués par cette expression et préfèrent-ils une autre dénomination. Je n'y trouve aucun inconvénient, et d'autant moins qu'à ma connaissance différents auteurs l'ont déjà fait. Ceux qui s'estiment particulièrement malins calculent, pour me donner tort, que l'enfant, pour arriver à un sentiment d'infériorité, devrait déjà avoir ressenti un sentiment de plénitude. Le sentiment d'insuffisance est un mal opiniâtre et dure pour le moins le temps qu'une tâche soit remplie, un besoin satisfait, ou une tension relâchée. C'est un sentiment né et développé naturellement et semblable à une tension douloureuse, qui exige une solution de soulagement. Cette solution ne doit pas forcément être agréable, comme le prétend Freud, mais peut s'accompagner de sentiment de satisfaction, ce qui

correspondrait à la conception de Nietzsche. Dans certaines circonstances le relâchement de cette tension peut s'accompagner d'une souffrance permanente ou passagère, un peu comme cela se passe lors du départ d'un ami fidèle ou d'une intervention douloureuse. En outre une fin pénible, généralement préférable à une peine sans fin, ne peut être considérée comme un agrément que par un plaisantin.

Tout comme le nourrisson trahit par ses mouvements son sentiment d'insuffisance, sa tendance incessante à l'amélioration et à la solution des exigences vitales, il faut considérer l'histoire de l'humanité comme l'histoire du sentiment d'infériorité et des tentatives faites pour y trouver une solution. Une fois mise en branle, la matière vivante a toujours cherché à arriver d'une situation inférieure vers une autre plus élevée.

C'est ce mouvement, déjà décrit en 1907 dans mon étude citée plus haut *Studie über Minderwertigkeit von Organen*, que nous résumons dans la notion d'évolution. Ce mouvement, il ne faut pas le considérer comme devant conduire à la mort; il est au contraire orienté pour acquérir la maîtrise du monde extérieur et nullement pour chercher un compromis ou un état d'inertie reposante. Quand Freud soutient que la mort attire les êtres humains, au point qu'ils la désirent dans leurs rêves ou de tout autre façon, ceci constitue, même dans sa conception, une anticipation prématurée. Il est par contre indubitable qu'il existe des gens qui préfèrent la mort à une lutte avec les difficultés extérieures, parce que dans leur vanité ils craignent trop leur défaite. Ce sont des gens qui désirent éternellement être dorlotés et être soulagés dans leur tâche que d'autres doivent accomplir pour eux.

Le corps humain est d'une façon probante construit suivant les principes de la sécurité. Meltzer dans ses *Harvard lectures* en 1906 et 1907, donc à peu près au même moment que moi dans l'étude citée plus haut, mais plus en détail et d'une façon plus profonde, s'est déjà référé à ce principe de la sécurité. Un organe lésé est remplacé par un autre, un organe endommagé crée de lui-même une énergie compensatrice. Tous les organes sont capables de rendre plus que ce qu'ils devraient rendre en temps normal. Un organe suffit souvent à plusieurs fonctions vitales. La vie, qui est soumise à la loi de l'autoconservation, a aussi acquis à partir de son développement biologique l'énergie et l'aptitude pour la réaliser. La division en enfants et générations plus jeunes n'est qu'une partie de ce mécanisme de sécurité vitale.

Mais la civilisation toujours en progrès, qui nous entoure, montre aussi cette tendance à la sécurité et nous fait voir l'homme dans un état affectif permanent de sentiment d'infériorité, qui constamment l'aiguillonne, le pousse à agir, pour arriver à une toujours plus grande sécurité. La satisfaction et la peine, qui accompagnent cette lutte, ne sont là que pour l'aider et le récompenser en chemin. Toutefois, une adaptation définitive à la réalité du moment

ne serait que l'exploitation à son profit des efforts soutenus par d'autres, ainsi que l'exige la conception que se fait du monde l'enfant gâté. L'éternelle tendance à la sécurité pousse l'individu au triomphe sur la réalité actuelle pour une meilleure réalité. La vie humaine serait impossible sans ce courant de la civilisation qui nous pousse en avant. L'homme aurait succombé à l'attaque des forces de la nature s'il n'avait pas su les utiliser à son avantage. Il manque de tout ce que des êtres plus forts auraient pu utiliser pour le subjuguier. Les conditions du climat l'obligent à se protéger contre le froid avec des vêtements qu'il enlève à des animaux mieux protégés que lui. Son organisme demande une demeure artificielle, une préparation artificielle de la nourriture. Sa vie n'est assurée que par la division du travail et par une procréation suffisante. Ses organes et son esprit se préoccupent constamment de sécurité et de conquête. À tout cela on doit ajouter une meilleure connaissance des dangers de la vie et une ignorance moins grande de la mort. Qui pourrait sérieusement douter que l'individu, si disgracié par la nature, a été pourvu providentiellement d'un puissant sentiment d'infériorité qui le pousse vers une situation plus haute, vers la sécurité et vers la conquête ? Et cette révolte, redoutable et imposée, contre le sentiment d'infériorité inhérent, qui s'éveille et se renouvelle chez chaque nourrisson et chez chaque enfant, constitue le fait fondamental de l'évolution humaine.

L'enfant, s'il n'est pas trop anormal, comme l'est par exemple l'enfant idiot, se trouve déjà sous la contrainte de ce développement ascendant qui incite son corps et son âme à la croissance. La lutte pour le succès lui est déjà tracée par la nature. Sa petitesse, sa faiblesse, son incapacité de satisfaire ses propres besoins, les négligences plus ou moins grandes sont des stimulants déterminants pour le développement de sa force. Sous la contrainte de son existence imparfaite il crée des formes de vie nouvelles et parfois originales. Ses jeux, toujours orientés vers un but futur, sont des signes de sa force créatrice, qu'on ne peut nullement expliquer par des réflexes conditionnés. Il bâtit constamment dans le néant de l'avenir, poussé par la nécessité de vaincre. Envoûté par le « Tu dois » de la vie, il est entraîné, avec toutes les exigences inéluctables qui s'attachent à elle, par l'envie sans cesse croissante d'atteindre un objectif final, supérieur au sort terrestre qui lui était assigné. Et ce but qui l'attire s'anime et prend des couleurs dans l'entourage restreint où l'enfant lutte pour triompher.

Je ne peux ici que brièvement énoncer une réflexion théorique, que j'ai exposée en 1912 comme étant fondamentale dans mon livre : *Le Tempérament nerveux*⁸. S'il existe un pareil objectif de conquête, et l'évolution prouve qu'il en est ainsi, alors le degré d'évolution atteint par l'enfant et concrétisé en lui, fournit le matériel pour la réalisation de ce but. Autrement dit : l'hérédité, physique ou psychique, de l'enfant, exprimée par des possibilités, ne compte

⁸ Traduction française Payot, Paris.

que tant qu'elle est utilisable et utilisée en vue du but final. Tout ce qu'on trouve ultérieurement dans le développement de l'individu est né de l'utilisation du matériel héréditaire et a dû son perfectionnement à la force créatrice de l'enfant. J'ai moi-même attiré fortement l'attention sur l'amorce constituée par le matériel héréditaire. Mais je dois nier la signification causale de ce matériel, étant donné que le monde extérieur si varié et si variable exige une utilisation créatrice et élastique de ce matériel. L'orientation vers le triomphe final persiste toujours, quoique son but, une fois concrétisé dans le courant du monde, impose à chaque individu une direction différente.

Le fait d'être faible de constitution, le fait d'avoir été gâté ou négligé conduisent souvent mal à propos l'enfant à se donner des objectifs précis de conquête, qui sont en contradiction avec le bien-être de l'individu ainsi qu'avec le progrès de l'espèce humaine. Mais il existe suffisamment d'autres cas et d'autres résultats qui nous autorisent à affirmer comme un fait non de causalité, mais de probabilité statistique, que le choix d'un mauvais chemin a été le résultat d'une erreur. Et dans cet ordre d'idées, nous devons nous rappeler que chaque mal peut se présenter sous un aspect différent, que celui qui adopte une certaine conception du monde montre un point de vue différent de celui d'autres personnes, que chaque écrivain pornographique a sa propre individualité, que chaque névrosé se distingue de l'autre, comme aussi chaque délinquant. Et c'est justement dans cette différenciation de chaque individu que s'extériorise la force créatrice de l'enfant, son utilisation de facultés et de possibilités héréditaires.

Ceci est également valable pour l'influence exercée par l'entourage de l'enfant et pour les méthodes d'éducation. L'enfant les reçoit et les utilise pour la concrétisation de son style de vie ; il crée un but, qu'il poursuit sans cesse et qui en conséquence le fait concevoir, penser, sentir et agir. Une fois le dynamisme de l'individu saisi, aucune force au monde ne peut empêcher de supposer qu'il y a un but vers lequel ce mouvement est orienté. Il n'y a pas de mouvement sans but et ce but est pour toujours inaccessible. La cause en réside dans la conscience primitive de l'homme, qu'il ne pourra jamais être le maître du monde. Pour cette raison il lui faut transposer cette idée, chaque fois qu'elle se présente, dans la sphère du miracle et de la toute-puissance divine ⁹.

Le sentiment d'infériorité domine la vie psychique et on le trouve clairement exprimé dans les sentiments d'insuffisance, d'imperfection et dans les efforts ininterrompus fournis par les êtres humains et l'humanité.

Chacun des innombrables problèmes de tous les jours que la vie pose à l'individu met celui-ci en position d'attaque. Chaque mouvement est une marche en avant pour passer de l'imperfection à la perfection. En 1909, dans

⁹ Adler et Jahn, *Religion et psychologie individuelle*, trad. franç. Payot, Paris.

mon étude « Aggressionstrie im Leben und in der Neurose » (voir *Heilen und Bilden*) j'ai essayé d'éclaircir ce problème et je suis arrivé à la conclusion que cette préparation à l'attaque, qui prend ses racines dans la contrainte de l'évolution, résulte du style de vie, qu'il est une partie de l'ensemble. Il n'y a aucune raison pour la considérer comme foncièrement mauvaise et pour la rattacher à un instinct sadique inné. Si on fait le piètre essai de fonder la vie psychique sur des instincts sans direction ni but, il faudrait au moins ne pas oublier la contrainte de l'évolution, ni la tendance sociale héréditaire ancrée dans l'être humain au cours de l'évolution. Étant donné le nombre énorme d'êtres humains gâtés et déçus, on ne doit pas s'étonner de ce que des gens de toutes les couches de la société, manquant de sens critique, aient adopté cette notion (incomprise de la vie psychique des enfants gâtés et par conséquent fortement déçus, qui ne reçoivent jamais assez) comme un enseignement fondamental de la vie psychique.

L'adaptation de l'enfant à son entourage, dans la mesure de ses aptitudes, est donc son premier acte créateur, à la réalisation duquel il est poussé par son sentiment d'infériorité. Cette adaptation, variable suivant chaque cas, est un mouvement, que finalement nous concevons comme une forme, un mouvement qui se serait figé, forme de la vie qui semble offrir un but de sécurité et de triomphe. Les limites dans lesquelles ce développement se déroule sont celles de l'humanité en général ; et ces limites sont prescrites par le degré d'évolution de la société et de l'individu. Chaque forme vitale cependant n'utilise pas comme il conviendrait ce degré évolutionnaire et se met donc en contradiction avec le sens de l'évolution. Dans les chapitres précédents, j'ai montré que le plein développement du corps et de l'esprit humain est mieux assuré quand l'individu, à force de travail et d'efforts, s'adapte au cadre de la société idéale à la réalisation de laquelle il doit tendre. Entre ceux qui, en connaissance de cause, ou non, se rangent à ce point de vue et nombre d'autres qui n'en tiennent pas compte, s'ouvre un abîme infranchissable. L'opposition entre ces deux groupes remplit le monde humain de mesquines disputes ou de luttes gigantesques. Les ambitieux (dans le sens favorable du mot) construisent le bien-être de l'humanité et y contribuent. Même les récalcitrants ne sont pas absolument sans valeur. Par leurs fautes et leurs erreurs, qui nuisent à des cercles plus ou moins étendus, ils obligent les autres à faire de plus grands efforts. Ainsi ils ressemblent à l'esprit « qui veut toujours le mal et crée toujours le bien ». Ils éveillent le sens critique des autres et leur permettent d'acquérir une meilleure compréhension. Ils contribuent au sentiment d'infériorité *agissant*.

La ligne de conduite à suivre pour le développement de l'individu et de la société est donc prescrite par le degré du sentiment social. Cette donnée constitue une base solide qui nous permet de juger ce qui est juste et ce qui est erroné. Ainsi apparaît une méthode qui, autant pour éduquer et pour redresser que pour arbitrer les divergences, offre un degré surprenant de certitude. La

donnée-type dont nous nous servons, est beaucoup plus exacte que tout ce que pourrait fournir la méthode expérimentale. Ici c'est la vie elle-même qui fait les tests : le moindre mouvement extériorisé par l'individu peut servir à indiquer la direction qu'il suit et sa distance de la société. Une comparaison avec les méthodes habituelles de la psychiatrie, qui mesure les symptômes nuisibles ou les préjudices causés à la société - qui essaye bien aussi de clarifier ses méthodes, en faisant appel au progrès par la contrainte communautaire - se montre à l'avantage de la psychologie individuelle, d'autant plus qu'elle ne condamne pas, mais qu'elle essaye d'améliorer, qu'elle décharge l'individu de sa responsabilité, qu'elle impute aux défauts de notre civilisation, défauts dont nous sommes tous responsables, et qu'elle convie à collaborer pour les faire disparaître. Qu'aujourd'hui encore, pour accomplir ceci nous soyons obligés de penser non pas simplement au renforcement du sentiment social, mais au sentiment social lui-même, montre le faible degré atteint jusqu'à présent par l'évolution. Il n'est pas douteux que les générations futures l'auront incorporé à leur vie comme nous l'avons fait de la respiration, de la marche verticale ou de la perception sous forme d'images statiques des impressions lumineuses constamment mobiles sur notre rétine.

Même ceux qui ne comprennent pas que dans la vie psychique de l'homme se trouve l'élément générateur du sentiment social ou de son impératif : « Aime ton prochain » - tous ceux qui sont préoccupés de découvrir dans l'être humain « la canaille cachée » qui se camoufle sournoisement pour ne pas être démasquée et punie - apportent un stimulant précieux à l'effort de l'homme pour s'élever; ils insistent avec un étrange acharnement sur les stades retardataires de son développement. Leur sentiment d'infériorité cherche une compensation purement personnelle dans la conviction de la non-valeur de tous les autres. Il me paraît dangereux d'user de l'idée de sentiment social dans un mauvais sens - c'est-à-dire de profiter de l'incertitude du chemin qui mène au sentiment social pour approuver des idées et des façons de vivre nuisibles à la société, et pour les imposer à la société actuelle et même future, sous prétexte de sauvegarde. Ainsi la guerre, la peine de mort et le massacre des adversaires trouvent à l'occasion d'adroits défenseurs, qui se drapent toujours - quel signe de l'omnipotence du sentiment social ! - dans le manteau du sentiment social. Toutes ces conceptions périmées sont des signes certains que cette intervention résulte d'un manque de confiance dans la possibilité de trouver une voie nouvelle et meilleure, qu'elle résulte donc d'un sentiment d'infériorité manifeste. L'histoire de l'humanité aurait dû nous enseigner que même le meurtre ne peut rien changer à l'omnipotence des idées avancées, ni à l'effondrement des idées agonisantes. Il n'existe, si loin que nous puissions regarder, qu'un seul cas qui puisse justifier le meurtre, le cas de légitime défense, pour nous-même ou pour les autres. C'est le grand Shakespeare qui dans *Hamlet* a placé clairement sous les yeux de l'humanité ce problème, sans avoir été compris. Shakespeare, qui comme les poètes grecs lance, dans toutes ses tragédies, les Erinnyes à la tête du meurtrier, du criminel ; à une époque où,

plus qu'aujourd'hui, les actions sanglantes faisaient frémir d'horreur le sentiment social de ceux qui luttèrent pour une société idéale, qui s'en sont le plus rapproché et qui enfin ont fait prévaloir leurs idées. Tous les égarements du criminel nous montrent l'extrême limite que peut atteindre le sentiment social du déchu. Il est donc du strict devoir de la partie progressiste de l'humanité, non seulement d'éclairer et d'éduquer, mais aussi de ne pas prématurément rendre l'épreuve trop difficile pour le non-initié en matière de sentiment social, de ne pas le considérer comme s'il pouvait réaliser ce qui ne peut l'être qu'avec un sentiment social développé et ne le sera jamais si ce dernier fait défaut. Car le non-initié ressent, lorsqu'il se heurte à un problème qui exige un fort sentiment social, un effet de choc, qui donne lieu à toutes sortes d'échecs par la formation d'un complexe d'infériorité. La structure du criminel montre nettement le style de vie d'un homme, pourvu d'activité, mais peu utile à la société, et qui depuis son enfance a adopté une conception de la vie par laquelle il s'arroge le droit d'exploiter pour lui-même la contribution des autres. Et n'est pas difficile de deviner que ce type se trouve surtout parmi les enfants gâtés, plus rarement parmi ceux dont l'éducation a été négligée. Il est facile de réfuter ceux qui considèrent le crime comme une autopunition ou qui le ramènent à une forme originelle de perversions sexuelles enfantines, parfois aussi au soi-disant complexe d'Oedipe, si on comprend que l'homme, qui dans la vie réelle raffole des métaphores, se laisse prendre trop facilement dans les mailles des comparaisons et des similitudes. Hamlet : « Est-ce que ce nuage ne ressemble pas à un chameau ? » Polonius : « Dans l'ensemble c'est bien un chameau. »

Les défauts d'enfance tels que la rétention des matières, l'énurésie, l'affection exagérée pour la mère, dont il ne peut quitter les jupons, constituent les marques distinctives de l'enfant gâté, pour qui la vie ne s'étend pas au-delà de la sphère maternelle, même pas dans les fonctions dont la surveillance incombe à la mère. Si à ces défauts d'enfant s'ajoute un sentiment de jouissance, comme par exemple la succion du pouce ou la rétention des matières, ce qui peut être le cas de ces enfants hypersensibles, ou s'il s'adjoint à la vie parasitaire des enfants gâtés, à leur attachement à la mère, un sentiment sexuel naissant, ce sont là des complications et des conséquences dont sont surtout menacés ces enfants gâtés. Or le maintien de ces défauts ainsi que le maintien de la masturbation infantile détourne l'intérêt de l'enfant de la voie de la coopération, le plus souvent non sans qu'une « sécurité » du lien entre la mère et l'enfant soit renforcée par la plus grande vigilance de celle-là (pas une parade, comme Freud a cru comprendre mon concept de la sécurité dans une interprétation erronée). Pour différents motifs cette coopération n'a pas été acquise, surtout par l'enfant gâté, qui cherche constamment un soulagement et une dispense de la coopération. Un manque de sentiment social et un sentiment renforcé d'infériorité, tous deux intimement liés, sont nettement apparentés à cette phase de la vie infantine, et vont généralement de pair avec tous les traits de caractère d'une existence dans un milieu supposé hostile : hyper-

sensibilité, nervosité, affectivité renforcée, crainte de la vie, circonspection, avidité, ce dernier trait sous forme de prétention que tout doit appartenir à l'enfant.

Les problèmes difficiles de la vie, les dangers, les chagrins, les déceptions, les soucis, les pertes, surtout celles de personnes aimées, toutes les sortes de contraintes sociales, doivent toujours être considérés sous l'angle du sentiment d'infériorité, le plus souvent sous la forme d'états affectifs généralement répandus et d'états d'esprit bien connus, comme la peur, la peine, le désespoir, la honte, la timidité, l'embarras, le dégoût, etc. Ils s'extériorisent par la physiologie et l'attitude. C'est comme si le tonus musculaire diminuait à cette occasion. Ou bien se manifeste une forme dynamique qui doit être le plus souvent considérée comme un recul devant l'objet cause de l'émotion, ou comme une reculade devant les perpétuelles exigences de la vie. La sphère intellectuelle se met à l'unisson, par des idées de fuite et la recherche du moyen de fuir. La sphère affective, dans la mesure où nous avons la possibilité de l'examiner, reflète l'état d'insécurité et d'infériorité, en vue de renforcer l'impulsion à la fuite, dans son irritation et dans la forme que prend celle-ci. Le sentiment humain d'infériorité, qui habituellement s'use dans la lutte pour le progrès, ressort plus vivement dans les orages de la vie, et assez clairement à l'occasion de dures épreuves. Il s'exprime différemment suivant les cas et si on condense un résumé de ses manifestations dans chaque cas, il représente alors le style de vie de chaque individu qui se manifeste uniformément dans toutes les situations de la vie.

Aussi bien dans les tentatives pour maîtriser les dits états affectifs, dans l'emprise sur soi-même, dans la colère, que dans le dégoût et le mépris, on ne peut manquer de voir l'activité d'un style de vie contraint de se former par la recherche d'un but supérieur et stimulé par le sentiment d'infériorité. Alors que la première forme de vie, la forme intellectuelle, en s'accrochant à une ligne de recul devant des problèmes pleins de menaces, peut mener à la névrose, à la psychose, à l'attitude masochiste, dans l'autre forme, la forme émotive, les formes mixtes de névrose mises à part, on verra, correspondant au style de vie, des manifestations exprimant une plus grande activité (qu'il ne faut pas confondre avec le courage, qui se trouve uniquement du côté du progrès social de la vie) telles que la tendance au suicide, l'ivrognerie, le crime ou la perversion active. Il est évident qu'il s'agit là de nouvelles créations du même style de vie et non pas de ce processus fictif que Freud a appelé « régression ». La ressemblance de ces formes de vie avec des formes antérieures ainsi que des analogies de détails ne doivent pas être considérées comme une identité, et le fait que chaque être dispose d'un riche patrimoine psychique et physique et de rien de plus, ne doit pas être considéré comme une régression vers un stade infantile ou archaïque. La vie exige la solution des problèmes de la société et ainsi chaque comportement humain vise toujours l'avenir, même s'il puise dans le passé du matériel pour le construire.

C'est toujours du manque de sentiment social, qu'on le nomme comme on le voudra - vie en commun, coopération, humanisme, ou même moi-idéal -, que naît l'insuffisance de préparation aux problèmes de la vie. C'est cette préparation insuffisante qui en face des problèmes ou dans leur déroulement donne lieu à des milliers de formes d'expression d'infériorité physique et psychique et d'insécurité. Cette déficience provoque déjà de bonne heure toutes sortes de sentiments d'infériorité, qui ne sont pas aussi nettement remarqués, mais qui s'expriment assurément par le caractère, par le mouvement, par l'attitude, par la façon de penser déterminée par le sentiment d'infériorité et dans la déviation hors du chemin du progrès. Toutes ces formes d'expression du sentiment d'infériorité accentué par le manque de sentiment social se manifestent avec évidence lorsque les problèmes de la vie, lorsque la « cause exogène » fait son apparition. Rien de tout cela ne manquera en cas « d'échec typique », même si cela n'est pas retrouvé par tout le monde. Le maintien de l'ébranlement, essai de soulager le sentiment d'oppression dû à un lourd sentiment d'infériorité, et conséquence d'une lutte incessante pour sortir d'une situation inférieure, crée les échecs « typiques ». Dans aucun de ces cas ne sera contesté l'avantage du sentiment social, ou effacée la différence entre « bon » et « mauvais ». Dans chacun de ces cas un « oui » est là qui souligne la contrainte du sentiment social, mais toujours suivi d'un « mais », qui dispose d'une plus grande puissance et qui empêche le renforcement indispensable du sentiment social. Ce « mais » dans tous les cas, qu'ils soient typiques ou particuliers, comportera une nuance propre à chaque individu. Les difficultés de guérison sont en proportion de la force de ce « mais », qui s'exprime au plus haut degré dans le suicide et dans la psychose, suites d'un ébranlement, où le « oui » disparaît presque totalement.

Des traits de caractère tels que l'anxiété, la timidité, le côté taciturne, le pessimisme, caractérisent un contact depuis longtemps insuffisant avec les autres et se renforcent sensiblement en cas d'épreuve sévère imposée par le sort; ils se manifestent dans la névrose par exemple comme des symptômes morbides plus ou moins marqués. Ceci s'applique aussi de façon frappante au dynamisme ralenti de l'individu qui est toujours en retard, à une distance appréciable du problème auquel il est confronté¹⁰. Cette prédilection pour l'arrière-plan de la vie est renforcée par la manière de penser et d'argumenter de l'individu, parfois aussi par des idées obsessionnelles ou par des sentiments de culpabilité stériles. On comprendra facilement que ce ne sont pas les sentiments de culpabilité qui amènent l'individu à se dérober au problème qui se pose à lui, mais que c'est l'insuffisance d'inclination et de préparation de sa personnalité en entier qui lui font se servir de ces sentiments de culpabilité pour empêcher tout progrès. Une auto-accusation absurde, en cas de mastur-

¹⁰ Voir Adler, *Pratique et théorie de la psychologie individuelle*, traduction française, Payot, Paris.

bation par exemple, fournit un excellent prétexte de remords. Le fait, aussi, que chaque être humain, lorsqu'il se tourne sur son passé, voudrait revenir sur bien des faits pour les changer, sert à ces individus de bon prétexte pour ne pas collaborer.

Vouloir ramener des échecs tels que la névrose et le crime à ces sentiments de culpabilité truqués, c'est se méprendre sur le sérieux de la situation. La conduite suivie en cas de sentiment social insuffisant, montre toujours une plus grande incertitude en face d'un problème social ; cette incertitude renforce l'ébranlement de l'organisme, avec les modifications organiques qui en résultent, et aide l'individu à s'engager dans d'autres voies. Ces modifications physiques amènent du désordre dans tout l'organisme d'une façon passagère ou permanente, mais provoquent généralement de fortes perturbations fonctionnelles aux endroits qui, soit par une infériorité organique héréditaire, soit par une surcharge d'attention, réagissent le plus fortement aux perturbations psychiques. La perturbation fonctionnelle peut se manifester par la diminution ou l'exagération du tonus musculaire, par l'érection des cheveux, par la sudation, des troubles cardiaques ou digestifs, par la dyspnée, par une striction de la gorge, par des envies pressantes d'uriner et par de l'excitation sexuelle ou de l'impuissance. On trouve souvent les mêmes perturbations en cas de difficultés dans un même cercle de famille. C'est ainsi qu'on peut observer également la céphalée, la migraine, l'érythème émotif ou la pâleur brusque. Des recherches récentes, surtout celles de Cannon, de Marannon et d'autres, ont établi d'une façon magistrale, que c'est le système sympathico-surrénalien qui participe au plus haut degré à la plupart de ces modifications, ainsi que le segment crânien et pelvien du système végétatif, et aussi qu'ils réagissent différemment en face d'émotions de toutes sortes. De ce fait se trouve confirmée notre ancienne thèse que les fonctions des glandes endocrines, thyroïde, surrénales, hypophyse et glandes sexuelles, se trouvent sous l'influence du monde extérieur et qu'elles répondent aux impressions psychiques, suivant le style de vie de l'individu, d'après leur puissance, ressentie d'une façon subjective; dans les cas normaux de façon à rétablir l'équilibre organique, en cas d'aptitude insuffisante de l'individu en face des problèmes de la vie d'une façon exagérée, compensatrice à l'excès ¹¹.

Le sentiment d'infériorité d'un individu peut aussi se révéler par la direction de son chemin. J'ai déjà dit comment l'individu pouvait s'éloigner, se désintéresser, se détacher des problèmes de la vie. Il est certain qu'à l'occasion on pourrait démontrer qu'une pareille attitude est en accord avec le sentiment social. Le fait que ce point de vue peut être justifié affecte particulièrement la psychologie individuelle, étant donné que cette science n'attribue aux règles et formules qu'une valeur conditionnelle et qu'elle se croit obligée d'apporter toujours de nouvelles preuves pour leur justification. Une de ces preuves

¹¹ Voir Adler, *Studie über Minderwertigkeit von Organen*, *op. cit.*

réside dans le comportement habituel de l'individu dans l'une ou l'autre des attitudes dont nous venons de parler. Nous pouvons observer une autre façon de procéder, suspecte de sentiment d'infériorité, et qui se différencie de « l'attitude hésitante » dans l'attitude qui consiste à éviter en partie ou complètement un problème vital qui se pose ; complètement comme dans la psychose, le suicide, le crime habituel, et la perversion habituelle ; partiellement comme dans l'ivrognerie ou dans d'autres manies. Comme dernier exemple d'attitude résultant du sentiment d'infériorité, je voudrais citer la limitation excessive de la sphère d'existence et du chemin vers le progrès. Des éléments importants des problèmes de la vie sont ainsi exclus. Là aussi nous devons faire une exception, pour ceux qui dans le but d'une meilleure contribution à l'avancement de la société se débarrassent de la solution de certains éléments des problèmes vitaux, tels l'artiste et le génie.

J'avais reconnu depuis longtemps l'évidence du complexe d'infériorité dans tous les cas d'échec typique. Mais je me suis efforcé longtemps de trouver la solution de la question la plus importante, à savoir comment naît du sentiment d'infériorité et de ses conséquences physiques et psychiques par le heurt avec un problème vital, le complexe d'infériorité. A ma connaissance cette question s'est toujours trouvée à l'arrière-plan des recherches des autres, sans jamais avoir été résolue. La solution s'imposa à moi comme celle des autres problèmes envisagés à la lumière de la psychologie individuelle, en cherchant à expliquer la particularité à partir de l'ensemble et l'ensemble à partir de cas particuliers. Le complexe d'infériorité, c'est-à-dire la manifestation permanente des conséquences du sentiment d'infériorité, et le maintien de ce sentiment, s'explique à partir d'un manque exagéré de sentiment social. Les mêmes événements, les mêmes traumatismes, les mêmes situations et les mêmes problèmes de la vie, s'il pouvait exister une similitude absolue en ce qui les concerne, se manifestent différemment suivant l'individu. A cette occasion le style de vie et son contenu en sentiment social sont d'une importance capitale. Ce qui dans certains cas peut induire en erreur et faire douter de la validité de cet argument est le fait que parfois des êtres humains, malgré leur manque certain de sentiment social (une constatation que je ne confierai qu'à des examinateurs experts), présentent parfois d'une façon passagère les manifestations d'un sentiment d'infériorité, mais non pas un complexe d'infériorité. On peut, à l'occasion, faire cette constatation chez des êtres humains qui possèdent très peu de sentiment social, mais qui ont la chance de vivre dans un milieu favorable. En présence d'un complexe d'infériorité on en trouvera toujours confirmation dans les antécédents du sujet, dans sa conduite antérieure, dans le fait d'avoir été gâté dans son enfance, dans un développement insuffisant des organes, dans le sentiment d'avoir été négligé dans son enfance. On se servira aussi d'autres moyens employés par la psychologie individuelle et dont il sera question plus loin, à savoir la compréhension des premiers souvenirs d'enfance, l'expérience quant à la notion du style de vie dans son ensemble et son façonnement suivant la situation de l'individu parmi

ses frères et sœurs et l'interprétation des rêves d'après la psychologie individuelle. L'attitude sexuelle et le développement de l'individu ne sont en cas de complexe d'infériorité qu'une partie de l'ensemble et ils sont entièrement inclus dans ce complexe d'infériorité.

7

Le complexe de supériorité

[Retour à la table des matières](#)

Ici, le lecteur soulèvera avec juste raison cette question : où se trouve donc en cas de complexe d'infériorité la tendance à la réussite, au triomphe ? Car en réalité, s'il ne nous était pas possible de démontrer cette tendance dans le cas particulièrement fréquent de complexe d'infériorité, la science de la psychologie individuelle présenterait une telle contradiction dans ses explications, qu'elle aboutirait à un échec. Mais une grande partie de cette question a déjà trouvé sa réponse. La tendance à la supériorité rejette l'individu loin de la zone de danger, aussitôt qu'il est menacé d'une défaite par son manque de sentiment social, ce qui se manifeste par une lâcheté plus ou moins apparente. La recherche de la supériorité s'extériorise aussi par le fait qu'elle retient l'individu sur une ligne de retraite devant le problème social ou qu'elle lui impose de le contourner. Retenue dans l'opposition « oui - mais », elle lui impose une opinion qui tient compte davantage du « mais » et qui retient si

bien son attention qu'il s'inquiète uniquement ou presque des effets de son état de choc. Ceci d'autant plus qu'il s'agit toujours d'un individu qui, dépourvu de sentiment social depuis son enfance, s'est occupé presque exclusivement de sa personne, de sa jouissance ou de son déplaisir. Dans ces cas on peut à peu près distinguer trois types, dans lesquels un style de vie dépourvu d'harmonie a permis le développement particulièrement intense de telle ou telle partie de la vie psychique. Un des types concerne les êtres humains chez lesquels les formes d'expression sont dominées par la sphère intellectuelle. Le deuxième type est caractérisé par l'envahissement de la vie affective et des instincts. Un troisième type se développe davantage dans le sens de l'activité. Évidemment, on ne trouve jamais une absence complète de l'une de ces trois tendances. Voici pourquoi chaque échec en maintenant l'effet de choc montrera d'une façon particulièrement nette ce côté du style de vie. Pendant que, d'une façon générale, chez le criminel et les candidats au suicide ressort davantage le facteur activité, une partie des névroses se distingue par l'accentuation du côté affectif, alors que dans la névrose obsessionnelle et les psychoses, l'élément intellectuel est plus fortement accentué (Adler, *Die Zwangneurose, Zeitschrift für Individualpsychologie*, 1931, Hirzel, Leipzig). L'ivrogne est toujours un émotif. La reculade devant l'accomplissement d'un problème vital impose à la société humaine un fardeau et la rend victime d'une exploitation. Le manque de collaboration des uns doit être remplacé par un plus grand rendement des autres, dans le cadre de la famille ou de la société. C'est une lutte silencieuse et incomprise contre l'idéal de la société qui se livre là, une continuelle opposition qui, au lieu d'aider au développement du sentiment social, tend à sa rupture. Toujours, en effet, un état de supériorité personnelle se trouve en contradiction avec la collaboration. Et sur ce point aussi il est possible de voir qu'en cas d'échec il s'agit d'hommes dont le développement social a été empêché et auxquels manque la faculté de voir, entendre, parler et juger d'une façon correcte. À la place du sens commun, ils ont une « intelligence privée » qu'ils utilisent adroitement pour suivre en sécurité un chemin écarté. J'ai dépeint l'enfant gâté comme un parasite exigeant, constamment préoccupé de mettre à contribution ses semblables. S'il en résulte un style de vie, on comprendra que dans la plupart des échecs ils considèrent la contribution des autres comme étant leur propriété, qu'il s'agisse d'affections, de biens, de travail matériel ou intellectuel. Si puissants que soient les moyens employés par la société pour se défendre contre ces abus, celle-ci doit, en raison d'une impulsion intime plus qu'en connaissance de cause, se montrer douce et clémente, étant donné qu'il est de son éternel devoir de ne pas punir ou venger ces erreurs, mais de les expliquer et de les écarter. Mais il y a toujours, de la part des individus étrangers au sentiment social, une attitude hostile face à la contrainte de la vie en commun qui leur semble intolérable, contrecarre leur intelligence privée et les menace dans la recherche d'une supériorité personnelle. Il est significatif de la puissance du sentiment social que tout le monde reconnaisse comme anormales et préjudiciables les aberrations et les erreurs de quelque degré qu'elles soient; comme si chacun devait payer son

tribut au sentiment social. Même des auteurs Pourvus parfois de traits géniaux, à qui l'illusion d'une méthode scientifique fait apparaître la volonté de puissance personnelle, artificiellement cultivée, sous le déguisement d'un instinct primitif mauvais, d'une humanité supérieure ou d'un instinct sadique, se sentent obligés de rendre hommage au sentiment social dans son point culminant idéal. Même le criminel, ayant déjà le but à atteindre devant les yeux, doit faire des projets et chercher un motif à son acte, jusqu'à ce qu'il puisse dépasser les limites qui le séparent encore de la négation du sentiment social. Considérée du point de vue éternellement fixe du sentiment social idéal, chaque aberration se présente comme un essai truqué, qui vise un but de supériorité personnelle. Avoir pu se soustraire à une défaite sur le terrain de la société, est pour la plupart de ces gens lié à un sentiment de supériorité. Et là où la peur de la défaite tend à les éloigner d'une façon permanente du cercle de la collaboration humaine, ils réalisent cet éloignement des problèmes de la vie et en jouissent comme d'un soulagement et comme d'un privilège qui les avantage vis-à-vis des autres. Même là où ils souffrent comme dans la névrose, ils sont fortement préoccupés de leur position avantageuse, c'est-à-dire de leur souffrance et ne comprennent pas comment pour eux le chemin de la souffrance les mène à la libération de leurs devoirs envers la vie. Plus leur souffrance sera grande, moins ils seront tourmentés, plus ils resteront ainsi ignorants du véritable sens de la vie. Ce mal, qui est si intimement lié au soulagement et à la libération des problèmes de la vie, ne peut apparaître comme autopunition qu'à celui qui n'a pas appris à saisir les formes d'expression comme un élément de l'ensemble, mieux encore, comme une réponse aux questions posées par la société. Il considérera la mal névrotique comme une entité isolée, tel que le voit aussi le névrosé. Ce qui paraîtra surtout difficile à admettre de la part de mes lecteurs ou des adversaires de ma conception, c'est le fait que même la soumission, la servitude, la dépendance, la fainéantise et des traits masochistes, signes manifestes d'un sentiment d'infériorité, éveillent un sentiment de soulagement, voire même de privilège. Il est facile de comprendre qu'ils représentent une attitude d'opposition à la solution active des problèmes de la vie dans le sens de la collectivité. Qu'ils représentent aussi des tentatives astucieuses en vue de se soustraire à une défaite, là où on fait appel à leur sentiment social : sentiment qui, comme tout leur style de vie le démontre, leur fait défaut. Dans ce cas ils transmettent un travail supplémentaire à d'autres, ou même ils l'imposent - comme dans le masochisme - souvent contre la volonté des autres. Dans tous les cas d'échecs, la position à part que l'individu se réserve est facile à voir ; une position privilégiée, qu'il paye parfois par des souffrances, des plaintes, des sentiments de culpabilité, sans pourtant que cela le fasse bouger de sa place, qui par manque d'une préparation au sentiment social lui paraît offrir un alibi irréfutable lorsqu'il affrontera la question : « Où étais-tu donc lorsque Dieu partagea le monde ? » (Le complexe de supériorité, tel que je l'ai décrit, apparaît le plus souvent nettement dessiné dans l'attitude, les traits de caractère et l'opinion de l'individu, persuadé de ses propres dons et capacités, supérieurs à la moyenne de

l'humanité. Il peut aussi se révéler par les exigences exagérées envers soi-même et envers les autres. Vanité, coquetterie en ce qui concerne l'apparence extérieure, que celle-ci soit distinguée ou négligée, habillement excentrique, manière exagérément masculine chez les femmes, ou féminine chez les hommes, arrogance, exubérance, snobisme, fanfaronnade, conduite tyrannique, tendance à la dépréciation, décrite par moi comme particulièrement caractéristique, culte exagéré des héros, aussi bien que tendance à se lier à des personnalités importantes ou à commander des faibles, des malades, des personnes de moindre importance, accentuation de particularités spéciales, abus d'idées précieuses et de courants d'idées servant à la dépréciation des autres, peuvent attirer l'attention et faire découvrir un complexe de supériorité. De même les exagérations affectives comme la colère, le désir de vengeance, la tristesse, l'enthousiasme, le rire bruyant habituel, le regard fuyant, l'inattention à écouter une conversation, la déviation du sujet de celle-ci sur soi-même, un enthousiasme habituel dans des occasions souvent futiles, démontrent très souvent un sentiment d'infériorité aboutissant à un complexe de supériorité. Également les acceptations naïves, la croyance à des facultés télépathiques et autres, à des dons prophétiques éveillent avec raison le soupçon d'un complexe de supériorité. Je voudrais encore mettre en garde ceux qui sont dévoués à l'idée de société, contre le fait d'utiliser cette notion en faveur d'un complexe de supériorité ou de la jeter sans réflexion à la tête des gens. La même chose se réfère au sentiment d'infériorité et à la superstructure qui le cache. On se rend suspect des deux, si on les manie d'une façon prématurée, et on n'obtient rien de plus, ce faisant, qu'une hostilité, bien souvent motivée. Aussi ne faut-il pas, en cas de constatation exacte de ces faits, oublier l'imperfection humaine, qui fait que même des caractères nobles et précieux peuvent succomber à l'erreur du complexe de supériorité. Sans oublier, comme le dit si justement Barbusse, « que l'homme le meilleur ne peut pas toujours se soustraire au sentiment de mépris ». D'autre part il est possible que ces petits traits de caractère, peu maquillés, nous incitent à diriger le phare de la psychologie individuelle sur de grossières erreurs concernant les problèmes de la vie qu'il s'agit de comprendre et d'expliquer. Des mots, des phrases, et même la connaissance des mécanismes psychiques établis n'aident en rien à la compréhension de l'individu. Il en est de même de notre connaissance des manifestations typiques. Mais ils peuvent aider en cas de supposition à éclairer un certain champ visuel, où nous espérons trouver la singularité d'une personnalité, singularité qu'il nous incombe de commenter au cours de nos conversations, en nous préoccupant constamment du degré de sentiment social que nous devons compléter.

Si, dans le but d'obtenir un bref résumé, on réduit à leur quintessence les idées directrices dans le processus évolutif de l'humanité, on trouvera finalement trois lignes motrices bien définies qui respectivement et successivement donnent de la valeur à toute activité humaine. Après des milliers de siècles qui furent peut-être idylliques, lorsqu'à la suite du « croissez et multipliez » les

terres productrices devinrent rares, l'humanité imagina comme idéal de la libération, le Titan, l'Hercule ou l'Imperator. Encore de nos jours dans le culte des héros, dans l'instinct combatif et dans la guerre on trouve dans toutes les couches de la société la résonance durable de ces temps disparus. La voie qui fut suivie alors est encore vantée comme la meilleure pour l'ascension de l'humanité. Née de la pénurie de moyens de subsistance, cette poussée musculaire mène logiquement à l'esclavage et à l'extermination du plus faible. Le brutal aime la solution simple ; là où il y a peu de nourriture, il l'accapare. Il aime les comptes simples et clairs, étant donné qu'ils sont en sa faveur. Dans la coupe de notre civilisation cette manière de penser est prévalente. Les femmes sont presque complètement exclues des œuvres immédiates de cette sorte et ne comptent que comme parturientes, admiratrices et aides. Les moyens de subsistance, cependant, ont énormément augmenté et continuent à augmenter. Ce système de puissance renforcée n'est-il pas déjà une absurdité ?

Il reste encore le souci de l'avenir et de la descendance. Le père amasse pour ses enfants, travaille pour les générations futures. S'il prend soin de la cinquième génération, il prend soin en même temps des descendants de trente-deux personnes de sa propre génération, qui ont le même droit sur ses descendants que lui-même.

Les marchandises s'abîment. On peut les transformer en or. On peut prêter en or sur la valeur des marchandises. On peut acheter le talent des autres. On peut les commander, mieux encore on peut leur inculquer une idéologie, un sens de la vie. On peut les éduquer dans le sens de l'admiration de la force et de l'or. On peut leur imposer des lois qui les mettent au service de la puissance et de la richesse.

Même dans cette sphère, la femme n'a pas d'occupation créatrice. La tradition et l'éducation le lui interdisent. Elle peut manifester son admiration en participant ou sa déception en s'abstenant. Elle peut applaudir la force ou, ce qui arrive le plus souvent, se défendre contre sa propre impuissance, cette dernière éventualité l'amenant très souvent à suivre un mauvais chemin.

La plupart des hommes et des femmes sont capables de vénérer à la fois la force et la richesse, les femmes avec une admiration stérile, les hommes avec une activité ambitieuse. La femme se trouve placée à une plus grande distance pour l'obtention de cet idéal de la civilisation.

Au philistin de la force et de l'avoir, s'adjoint dans la recherche harmonieuse d'une supériorité personnelle le philistin du savoir. Savoir c'est (aussi) pouvoir. L'insécurité de la vie n'a pas trouvé jusqu'à présent - et d'une façon générale - d'autre solution que la recherche du pouvoir. Il serait temps de réfléchir si c'est là la seule, la meilleure voie pour la sécurité de la vie, et pour le développement de l'humanité. Il y a aussi quelque chose à apprendre de la

structure de la vie de la femme. Car la femme ne participe pas jusqu'à présent à la puissance des philistins du savoir.

Et pourtant il sera facile de comprendre pour les hommes et les femmes qu'avec une préparation égale, la femme pourrait avec autant de succès y participer. L'idée platonicienne de la supériorité de la force musculaire a certes déjà perdu de son importance dans l'incompris (l'inconscient). Autrement, comment pourrait-on utiliser la révolte tacite ou manifeste du monde féminin (protestation virile) dans ses milliers de variantes, en faveur de la collectivité?

Finalement nous vivons tous comme des parasites aux dépens des immortels chefs-d'œuvre des artistes, génies, penseurs, explorateurs et inventeurs. Ils sont les guides véritables de l'humanité. Ils sont les promoteurs de l'histoire du monde, nous sommes les distributeurs. Jusqu'à présent, la force, la possession, la fatuité du savoir ont créé une barrière entre l'homme et la femme.

D'où le tapage et les nombreux livres sur l'amour et le mariage.

Les grandes œuvres auxquelles notre vie est liée se sont toujours imposé par leur contribution de haute valeur au progrès de l'humanité. Leur triomphe n'est généralement pas célébré en termes pompeux; mais il est goûté par tous. A ces grandes œuvres ont aussi participé des femmes. Mais la force, la possession, la fatuité du savoir, ont barré le chemin à beaucoup d'entre elles. Et à travers tout le développement de l'art la note masculine domine. Dans ce domaine la femme est l'élève de l'homme et par conséquent au second rang. Cet état de choses durera jusqu'au jour où l'une d'elles révélera l'élément féminin dans l'art et le développera. Dans deux branches de l'art - dans l'art dramatique et dans la chorégraphie - c'est déjà un fait accompli. Là, la femme peut être elle-même ; et là elle a atteint le sommet de son épanouissement.

8

Les types d'échecs

[Retour à la table des matières](#)

C'est avec la plus grande prudence que j'entreprends l'étude d'une typologie, étant donné que l'élève pourra se donner l'illusion qu'un type est quelque chose de solide, d'évident, ayant à la base plus qu'une structure approximativement homogène. S'il s'en tient là et s'il croit, lorsqu'il entend prononcer le mot « criminel », « névrose d'angoisse » ou « schizophrénie », qu'il a déjà saisi quelque chose du cas individuel, alors non seulement il perd toute possibilité d'une recherche personnelle, mais il ne sortira jamais des malentendus qui surgiront entre lui et le malade en traitement. Les meilleures connaissances que j'ai pu gagner dans mes études de la vie psychique résultent peut-être de ma prudence à me servir de la typologie. Il est certain que nous ne pouvons nous en passer entièrement, car elle nous permet d'avoir une vue d'ensemble, de faire en quelque sorte un diagnostic sommaire, mais ne nous donne qu'une petite idée de chaque cas particulier et de son traitement. Le

mieux est de toujours se souvenir que dans chaque cas d'échec nous avons à faire à des symptômes, symptômes qui se sont développés, à partir d'un sentiment d'infériorité bien défini qu'il faudra déterminer, dans le sens d'un complexe de supériorité, sous la pression d'un facteur exogène, ayant réclamé plus de sentiment social que l'individu n'a pu en mettre en réserve depuis son enfance.

Commençons par les « enfants difficiles ». Naturellement on ne parle de ce type que si depuis longtemps il est démontré que l'enfant n'offre pas une participation convenable et suffisante à la coopération. Il lui manque le sentiment social, quoiqu'il faille tout de même reconnaître qu'un sentiment social suffisant pour des circonstances habituelles s'est souvent montré insuffisant à la suite d'un effort inaccoutumé à la maison ou à l'école. Ce cas est fréquent et ses manifestations sont généralement connues. Nous pouvons à partir de ces cas apprécier la valeur des recherches de la psychologie individuelle grâce auxquelles nous sommes mieux préparés lorsque nous avons affaire à des cas plus difficiles. Un examen, par des tests expérimentaux ou par la graphologie, d'un individu considéré isolément, sans son milieu habituel, peut donner lieu à de graves erreurs et ne nous autorise nullement à prodiguer des conseils spéciaux à l'individu ainsi isolé, ou à vouloir le faire entrer dans quelque système de classification. Ces faits nous aident à comprendre que le psychologue individuel doit se procurer une connaissance suffisante de toutes les conditions et de tous les défauts sociaux possibles, pour pouvoir juger correctement chaque cas. On peut aller plus loin et exiger que le psychologue individuel dispose d'une opinion quant à ses devoirs, d'une opinion quant aux exigences de la vie, d'une conception du monde qui aient pour but le bien-être de la collectivité.

J'ai proposé une classification des enfants difficiles qui s'est montrée utile à plusieurs points de vue :

Les enfants plutôt passifs tels que les fainéants, les indolents, les obéissants mais dépendants, les timides, les anxieux, les menteurs et d'autres enfants semblables.

Les enfants plutôt actifs tels que les autoritaires, les impatientes, les excités, et ceux qui sont enclins à des crises affectives, les turbulents, les cruels, les vantards, les déserteurs, les voleurs, les excités sexuels, etc. Sans pour cela couper de cheveux en quatre, il faut essayer d'établir dans chaque cas particulier quel degré d'activité on peut approximativement constater. Ceci est d'autant plus important qu'en cas d'échec manifeste on pourra s'attendre à trouver le même degré d'activité défectueuse que dans l'enfance. Le degré approximativement juste d'activité - que nous appelons courage - se trouvera chez les enfants pourvus d'un sentiment social suffisant. Si on se donne la peine de rechercher ce degré d'activité dans le tempérament, dans la rapidité

ou la lenteur de l'avance, il ne faut pas oublier que même ces formes d'expressions sont des éléments du style de vie tout entier, et qu'ils sont susceptibles de se montrer modifiés en cas de traitement correcteur. On ne sera pas surpris de découvrir parmi les névrosés un pourcentage plus grand d'enfants passifs, et parmi les criminels un plus grand nombre d'enfants actifs. Lorsque, chez un enfant apparemment normal, un échec se produit ultérieurement, ceci doit être à mon avis attribué à une observation erronée. J'admets que des circonstances extérieures favorables puissent exceptionnellement empêcher l'extériorisation d'un défaut remontant à l'enfance, mais qu'une épreuve plus sévère le fera immédiatement apparaître. Dans tous les cas nous préférons les épreuves que la vie nous fait subir à toutes les épreuves expérimentales, étant donné que là le rapport avec la vie n'est pas négligé.

Les défauts de l'enfance qui sont du ressort de la psychologie médicale se rencontrent, mis à part les cas de traitement brutal de l'enfant (enfant martyr), presque exclusivement chez les enfants gâtés, dépendants, et peuvent être liés à une activité plus ou moins grande. Ainsi l'éneurésie, les difficultés à accepter la nourriture, les cris nocturnes, le halètement, la toux continuelle, la rétention des matières, le bégayement, etc. Ces symptômes constituent une forme de protestation de l'enfant contre l'éveil à l'indépendance et à la collaboration, et exigent l'aide d'autres personnes. La masturbation infantile, pratiquée longtemps malgré sa découverte, traduit aussi ce manque de sentiment social. Il ne suffira pas de s'attaquer uniquement au symptôme et d'essayer simplement d'extirper l'erreur. On ne peut s'attendre à un succès certain qu'en augmentant le sentiment social.

Si déjà les erreurs et les difficultés d'ordre passif montrent un trait apparenté à la névrose, - l'accentuation du « oui », la plus forte accentuation du « mais », - la reculade devant les problèmes de la vie se manifeste dans la névrose sans accentuation manifeste du complexe de supériorité. On constatera toujours la fixation derrière le front de la vie, l'éloignement de la collaboration ou le vif désir d'un soulagement et la recherche d'excuses en cas d'échec. La déception permanente, la peur de nouvelles déceptions et défaites se manifestent dans le maintien des symptômes de choc, qui assurent l'éloignement devant la solution des problèmes sociaux. Parfois, comme il arrive souvent dans la névrose obsessionnelle, le malade arrive à prononcer constamment des jurons, qui traduisent son mécontentement des autres. Dans la manie de la persécution se manifeste encore mieux le sentiment de l'hostilité de la vie chez le malade, et son retrait à distance des problèmes vitaux. Les idées, les sentiments, les jugements et les conceptions suivent toujours une direction de retrait, ce qui fait que nous pouvons clairement énoncer que *la névrose est un acte créateur et non pas une régression vers des formes infantiles ou ataviques*. C'est aussi cet acte créateur, dont l'instigateur est le style de vie, - loi dynamique, que le sujet s'est imposée, visant toujours d'une façon ou d'une autre la supériorité, - qui essaye d'opposer à la guérison toutes sortes

d'obstacles, toujours en accord avec le style de vie, jusqu'à ce que la conviction, le sens commun prennent le dessus chez le malade. Bien souvent, ainsi que je l'ai mis en évidence, ce but secret de supériorité est caché par la perspective mi-affligeante mi-consolatrice de tout ce que le malade aurait pu réaliser, si son extraordinaire ascension n'avait été empêchée par un obstacle futile, le plus souvent par la faute des autres ! Le conseiller disposant d'une certaine expérience retrouvera toujours dans les antécédents, lors d'échecs de ce genre, un très vif sentiment d'infériorité, une recherche de supériorité personnelle, et une insuffisance de sentiment social. La retraite devant les problèmes de la vie se réalise d'une façon complète dans le suicide. Dans la structure psychique du suicide on trouve de l'activité, mais nullement du courage; simplement une protestation active contre la collaboration utile. Le coup qui frappe le candidat au suicide ne ménage pas les autres. La société dans sa voie de développement se sentira toujours touchée par le suicide. Les facteurs extérieurs qui amènent la fin d'un sentiment social insuffisant, sont les trois grands problèmes de la vie : société, profession, amour. Dans tous les cas, c'est un manque d'appréciation et d'estime qui conduit au suicide et au désir de mourir, la crainte ou l'épreuve d'un échec dans l'un des trois problèmes de la vie, quelquefois précédée d'une phase de dépression ou de mélancolie. En 1912 j'ai pu terminer mes recherches sur cette maladie psychique et établir que tout véritable état mélancolique (Adler, *Pratique et théorie de la psychologie individuelle*) tel que les tentatives de suicide et le suicide lui-même, représente une manifestation hostile contre d'autres personnes, résultant d'un sentiment social insuffisant; cette contribution de la psychologie individuelle a ouvert le chemin à une meilleure compréhension de cette psychose. Comme le suicide, auquel malheureusement aboutit souvent cette psychose, elle représente la substitution d'un acte de désespoir à une collaboration socialement utile. La perte de biens matériels, d'une situation, des déceptions dans l'amour, des humiliations de toutes sortes peuvent amener en accord avec la loi dynamique cet acte de désespoir à une forme où la victime ne reculera pas non plus devant le sacrifice de parents proches ou d'autres personnes. À celui qui est sensible à la compréhension des processus psychiques, il n'échappera pas qu'il s'agit là d'êtres humains qui sont plus facilement déçus que d'autres par la vie parce qu'ils en attendent trop. D'après leur style de vie on peut s'attendre avec raison à trouver dans leur enfance un haut degré d'impressionnabilité associée à un état de dépression prolongé, ou une tendance à l'automutilation, dans l'idée de punir ainsi les autres. L'effet de choc, beaucoup plus rude pour eux que pour une personne normale, déclenche aussi, comme l'ont démontré des recherches plus récentes, des modifications organiques qui se trouvent sans doute sous l'influence du système végétatif et endocrinien. Une recherche approfondie démontrera, comme dans la plupart de mes cas, que des infériorités organiques et, encore plus, un régime de gâteries dans l'enfance ont conduit l'enfant à adopter ce style de vie et ont empêché le développement d'un sentiment social suffisant. Fréquemment on constatera chez eux une tendance manifeste ou cachée à piquer des crises de

colère, à venir à bout de tous les problèmes grands et petits qui se posent autour d'eux, un besoin de souligner leur importance.

Un adolescent âgé de 17 ans, le benjamin de la famille, particulièrement gâté par sa mère, resta, lorsque sa mère dut entreprendre un voyage, sous la surveillance d'une sœur aînée. Un soir, sa sœur l'ayant laissé seul à la maison, et ayant justement eu à lutter à l'école avec des difficultés apparemment insurmontables, il se suicida. Il laissa la lettre suivante : Ne dis pas à notre mère ce que j'ai fait, son adresse actuelle est la suivante... Dis-lui à son retour que je ne trouvais plus aucun goût à la vie et que tous les jours elle mette des fleurs sur ma tombe.

Une vieille malade incurable se suicida parce que son voisin ne voulait pas se séparer de son appareil de radio.

Le chauffeur d'un homme fortuné apprit à la mort de celui-ci qu'il n'obtiendrait pas l'héritage promis ; il tua sa femme et sa fille et se suicida.

Une femme âgée de 56 ans, très choyée étant enfant et plus tard étant mariée, et qui jouait aussi dans la société un rôle important, souffrit beaucoup de la mort de son mari. Ses enfants étaient mariés et pas très enclins à consacrer beaucoup de temps à leur mère. À la suite d'un accident elle se cassa le col du fémur. Même après la consolidation cette malade évita la société. À un moment donné l'idée lui vint qu'un voyage autour du monde lui fournirait des stimulants favorables dont elle manquait à la maison. Deux amies se déclarèrent disposées à l'accompagner. Dans les grandes villes du continent, ses amies, étant donné sa difficulté à se déplacer, la laissèrent toujours seule. Il en résulta une profonde dépression qui s'accrut jusqu'à la mélancolie et elle appela auprès d'elle un de ses enfants. A sa place arriva une infirmière qui la ramena à la maison. J'ai vu cette femme après une maladie de trois ans qui n'avait montré aucun signe d'amélioration. Son principal sujet de plainte était la grande souffrance que ses enfants devaient ressentir du fait de son mal. Les enfants se succédaient dans leurs visites, mais blasés par la durée de la maladie de leur mère, ne montraient pas un intérêt particulièrement grand. La malade exprimait constamment des idées de suicide et n'arrêtait pas de parler de la sollicitude particulièrement grande de ses enfants. Il est évident que cette femme fut l'objet de plus d'attention qu'avant sa maladie, et aussi que son appréciation de la sollicitude dont firent preuve ses enfants était en contradiction avec son impression réelle, surtout en ce qui concerne ce dévouement auquel elle s'attendait en tant que femme gâtée. Si on s'identifie à cette personne, il est aisé de comprendre combien il fut difficile à cette femme de renoncer à ces attentions dont le défaut fut cruellement ressenti par elle durant sa maladie.

Un autre mode d'activité, non plus dirigé contre la propre personne, mais contre les autres, est acquis de bonne heure par les enfants qui ont la tentation de croire que les autres sont leurs objets et dont l'extériorisation de cette opinion constitue une menace pour le bien, le travail, la santé et la vie des autres. Jusqu'où les conduit cette attitude dépend cette fois encore du degré de leur sentiment social et de cela il faudra toujours tenir compte dans chaque cas d'espèce. Il est compréhensible que cette opinion du sens de la vie, exprimée par des idées, des sentiments et des états affectifs, par des traits de caractère et des actions, mais jamais par des paroles appropriées, leur rend difficile la vie, comme elle est en réalité avec ses exigences sociales. Le sentiment que la vie est hostile est inséparable de l'attitude de ces gens, qui comptent toujours que leur désir doit être immédiatement satisfait - attitude qui leur semble entièrement justifiée. Bien plus, cet état d'esprit est étroitement lié à un sentiment de frustration, lequel éveille et maintient actifs et intenses l'envie, la jalousie, l'avidité et la tendance à subjuguier d'une façon définitive la victime choisie. Étant donné que les efforts pour développer les avantages acquis sont freinés et retardés par l'insuffisance du sentiment social, que les grandes espérances nourries par l'illusion de la supériorité restent inassouvies, l'accentuation des états affectifs devient souvent le motif d'attaques contre d'autres personnes. Le complexe d'infériorité devient durable si l'échec dans la voie de la vie en commun, à l'école, dans la société, dans l'amour, est reconnu flagrant. La moitié des êtres humains qui arrivent à commettre des crimes sont des ouvriers non qualifiés qui ont déjà échoué à l'école. Une bonne part des criminels débauchés souffrent de maladies vénériennes, preuve qu'ils ont résolu de façon imparfaite leur Problème sexuel. Ils ne cherchent leurs compagnons que parmi leurs semblables et traduisent ainsi l'étroitesse de leurs sentiments amicaux. Leur complexe de supériorité naît de la conviction qu'ils sont supérieurs à leurs victimes, et qu'en transposant leurs actes sur un plan juste, ils pourront faire une entorse aux lois et narguer ceux qui les font respecter. En réalité, il n'existe pas de criminels qui n'aient pas plus à leur actif que ce qu'on peut leur imputer, sans compter le grand nombre de ceux qui n'ont jamais été découverts. Le criminel commet son acte dans l'illusion qu'il ne sera pas découvert à condition de savoir s'y prendre. S'il est pris il est absolument convaincu que c'est d'avoir négligé quelques petits détails qui a mené à la découverte du crime. Si on poursuit les traces de la tendance au crime en remontant jusqu'à la vie infantile, outre une activité mal dirigée dès le début avec ses traits de caractère hostiles et un manque de sentiment social, on trouve dans des infériorités organiques, dans une éducation d'enfant gâté ou d'enfant délaissé les motifs qui ont conduit l'individu dévoyé à se former un style de vie criminel. Une éducation d'enfant gâté est peut-être la cause la plus fréquente. Comme une amélioration du style de vie ne peut jamais être exclue, il est nécessaire d'examiner chaque cas d'espèce quant à son degré de sentiment social et de tenir compte de l'importance du facteur exogène. Personne ne succombe au danger de la tentation aussi facilement que l'enfant gâté qui a toujours été habitué à obtenir tout ce qu'il désire. L'importance de la

tentation doit être mesurée exactement, car elle se montre d'autant plus dangereuse pour celui qui est pourvu de tendances criminelles qu'il dispose d'un plus grand champ d'activité. De plus, dans le cas du criminel il est clair que nous devons établir une relation entre l'individu et sa situation sociale. Dans beaucoup de cas le sentiment social existant pourrait suffire à écarter un homme du crime, à condition de ne pas exiger trop de son sentiment social. Cette circonstance explique aussi pourquoi dans une situation économique difficile le nombre des crimes augmente dans une proportion importante. Que cette circonstance en elle-même ne soit pas la cause du crime, la preuve en est qu'aux États-Unis à l'époque de la prospérité on a pu remarquer également une augmentation du nombre des crimes, étant donné que les tentations pour acquérir facilement et rapidement les richesses étaient nombreuses. Qu'en recherchant les causes des tendances criminelles on soit amené à découvrir le mauvais milieu dans lequel a vécu l'enfant, que dans certains districts d'une grande ville on constate une accumulation de crimes, ne permet aucunement de conclure que le milieu défavorable est la cause du crime. Il est par contre facile à comprendre que dans de telles conditions il ne faut pas s'attendre à un bon développement du sentiment social. Il ne faut pas non plus oublier à quel point la préparation de l'enfant à sa vie future est imparfaite lorsqu'il grandit - dès sa première enfance, pour ainsi dire - en protestant contre la vie, dans la misère et le dénuement, qu'il voit journellement comment d'autres vivent dans de meilleures conditions à côté de lui, et qu'en plus il ne reçoit aucun enseignement susceptible de stimuler son sentiment social. Les recherches du Docteur Young sur l'apparition du crime dans une secte religieuse immigrée nous en donnent une très bonne illustration pleine d'enseignements. Dans la première génération qui vit modestement repliée sur elle-même, il n'y a pas de criminels. Dans la deuxième génération, dont les enfants commencent déjà à fréquenter les écoles publiques, mais sont encore éduqués dans les traditions de leur secte, dans la piété et la sobriété, on rencontre déjà un grand nombre de criminels. Dans la troisième génération il existe un nombre effrayant de criminels.

Le « criminel né » est une catégorie périmée. On ne peut arriver à une telle conception erronée, non plus qu'à l'idée du criminel par sentiment de culpabilité, que si l'on ne tient pas compte de notre thèse qui souligne toujours le lourd sentiment d'infériorité de l'enfance, le façonnage du complexe de supériorité et l'insuffisance de développement du sentiment social. On trouve un grand nombre de stigmates d'infériorités organiques parmi les criminels et de plus grandes oscillations du métabolisme basal au moment de l'effet de choc de la condamnation, indices probables d'une constitution qui atteint son équilibre plus difficilement que d'autres. On trouve un très grand nombre de criminels qui ont été gâtés ou désirent l'être et on trouve parmi eux des êtres délaissés dans leur enfance. On pourra toujours se convaincre de ces faits pourvu qu'on n'aborde pas l'examen avec une phrase ou une formule étroite. Une infériorité organique est souvent nettement apparente dans la laideur de

certaines criminels, alors que la suspicion toujours confirmée d'une éducation d'enfant gâté s'éveille en face des nombreuses physionomies attrayantes et jolies qu'on trouve parmi eux.

N. était un joli garçon qui, après une détention de six mois, fut libéré de prison avec sursis ; son délit était le vol d'une somme importante prise dans la caisse de son chef. Malgré le grand danger d'être obligé de faire ses trois ans en cas de nouveau délit, il vola peu de temps après une petite somme. Avant que la chose ne se sache il me fut confié. C'était l'aîné d'une famille très honorable, le préféré, gâté par sa mère. Il se montrait très ambitieux et voulait partout jouer au chef. Il ne chercha que des amis qui se trouvassent à un niveau social inférieur à lui, trahissant ainsi son sentiment d'infériorité. Aussi loin que remontaient ses souvenirs, il était toujours celui qui recevait. Dans la place où il avait commis le vol important, il avait à faire à des gens excessivement riches, à une époque où son père avait perdu sa place et ne pouvait plus gagner sa vie pour sa famille comme avant. Des rêves d'envol et des situations rêvées où il était le héros, traduisent ses tendances ambitieuses et en même temps son sentiment d'être prédestiné à des réussites certaines. Au moment d'une occasion séduisante, il réalisa le vol avec l'idée de pouvoir se montrer supérieur à son père. Le deuxième vol, moins important, a été exécuté comme protestation contre le sursis accordé et contre la situation subordonnée qu'il occupait maintenant. Alors qu'il était en prison, il rêva qu'on lui avait présenté son plat préféré mais se souvint dans son rêve que ceci n'était pas possible en prison. En plus de la gloutonnerie, ce rêve fait apparaître clairement la protestation contre le jugement rendu.

On trouvera généralement moins d'activité chez les toxicomanes. L'entourage, la séduction, la familiarisation avec des toxiques tels que morphine ou cocaïne pendant une maladie ou dans l'exercice de la profession médicale, se présentent comme des occasions mais qui n'ont de conséquences graves que dans des situations où la victime se trouve en face d'un problème apparemment insoluble. Comme dans le cas du suicide, il manquera rarement l'attaque camouflée contre les autres personnes à qui incombe le soin de surveiller la victime. Comme je l'ai montré, un facteur gustatif spécial joue un certain rôle dans l'ivrognerie, comme d'ailleurs l'abstinence totale sera considérablement facilitée par le manque de goût pour l'alcool. Au début, l'ivrognerie apparaît souvent avec un lourd sentiment d'infériorité, sinon un complexe de supériorité accentué, qui s'extériorisait déjà auparavant d'une façon nette par de la timidité, un penchant à l'isolement, de l'hypersensibilité, de l'impatience, de l'excitabilité et par des symptômes nerveux tels que l'angoisse, la dépression, l'impuissance sexuelle ou avec un complexe de supériorité sous forme de vantardise, de tendance à critiquer méchamment, de désir de domination, etc. Enfin le besoin excessif de fumer et le désir insatiable de café fort sont souvent les signes d'un état d'esprit timoré et irrésolu. Au moyen d'un subterfuge, le pesant sentiment d'infériorité sera mis de côté momentanément, ou même

comme dans l'action criminelle transformé en activité renforcée. Dans tous les cas d'ivrognerie, chaque échec doit être imputé au vice insurmontable, que ce soit dans les rapports sociaux, dans la profession ou dans l'amour. Aussi l'effet immédiat du toxique est-il de donner souvent à la victime un sentiment de soulagement.

Un homme âgé de 26 ans, de huit ans plus jeune que sa sœur, grandit dans des conditions matérielles favorables, particulièrement gâté et têté. Il se souvenait que souvent sa mère ou sa sœur le gardaient dans leurs bras, déguisé en poupée. Lorsque à l'âge de quatre ans il fut confié pour deux jours à la surveillance plus sévère de sa grand-mère, il fit ses bagages à la première remarque défavorable et voulut rentrer chez lui. Le père buvait, ce qui énervait beaucoup la mère. À l'école, l'influence de ses parents se faisait trop sentir en sa faveur. Comme il l'avait fait à l'âge de quatre ans, il quitta aussi la maison paternelle, lorsqu'avec le temps sa mère le gâta moins. Il ne put, comme c'est si souvent le cas chez les enfants gâtés, s'acclimater au dehors, et dans les réunions de société, dans la vie professionnelle et en face des jeunes filles, il manifesta toujours un état de dépression anxieuse et de l'énervement. Il en arriva à mieux se comprendre avec certaines gens qui lui inculquèrent l'habitude de boire. Lorsque sa mère l'apprit et surtout lorsqu'elle apprit que se trouvant en état d'ébriété il était entré en conflit avec la police, elle lui rendit visite et elle l'implora en termes émouvants de s'abstenir de boire. La conséquence fut que non seulement il continua à chercher un soulagement dans la boisson, mais qu'il arriva à augmenter plus que jamais la sollicitude que sa mère avait eu pour lui et à se faire gâter davantage par elle.

Un étudiant âgé de 24 ans se plaignait de céphalées incessantes. Déjà à l'école il montrait de graves symptômes d'agoraphobie. Il lui fut permis de passer son baccalauréat chez lui ; après cela son état s'améliora grandement. Dans la première année de ses études universitaires, il s'éprit d'une jeune fine qu'il épousa. Peu de temps après il fut repris de maux de tête. La cause de ces maux de tête, chez cet homme particulièrement ambitieux et extrêmement gâté, était un perpétuel mécontentement de sa femme ainsi que de la jalousie, qui se traduisit nettement dans son attitude et dans ses rêves mais qu'il ne réalisa jamais clairement. Ainsi il rêva une fois que sa femme était habillée comme pour aller à la chasse. Étant enfant il avait souffert de rachitisme et il se souvenait que si sa gouvernante qu'il accaparait constamment par ses exigences, voulait avoir la paix, elle l'allongeait, à l'âge de quatre ans encore, sur le dos, position d'où il ne pouvait pas se relever, en raison de son obésité. Étant né le deuxième, il vivait en éternel conflit avec son frère aîné et voulait toujours être le premier. Des circonstances favorables lui permirent d'obtenir plus tard une position élevée, il était mentalement mais non psychiquement à la hauteur de cette position. Dans l'énervement inévitable dû à cette situation il eut recours à la morphine et quoique plusieurs fois guéri, succomba toujours de nouveau à cette manie. Son absurde jalousie se manifesta toujours pour lui

comme circonstance aggravante. Devenu moins sûr de sa situation, il se suicida.

9

Le monde fictif de l'enfant gâté

[Retour à la table des matières](#)

Les personnes gâtées n'ont pas bonne renommée, elles ne l'ont d'ailleurs jamais eue. Les parents n'aiment pas qu'on les accuse de gâter leurs enfants. Chaque personne gâtée se défend d'être considérée comme telle. On se trouve souvent dans l'incertitude lorsqu'il s'agit de préciser ce qu'il faut comprendre par ce terme. Mais, comme par intuition, chacun le considère comme un fardeau et comme un obstacle à un développement équilibré.

Néanmoins, chacun aime se faire choyer, certaines personnes particulièrement. Beaucoup de mères ne peuvent pas faire autrement que de gâter leurs enfants. Heureusement, beaucoup d'enfants s'en défendent si fortement que les

dégâts sont moindres que ceux auxquels on pourrait s'attendre. C'est un problème qui donne du fil à retordre que celui qui consiste à n'employer que des formules psychologiques dans ce cas. Nous ne pouvons pas utiliser ces formules rigides comme des points de repère précis qui mènent d'une façon automatique à la découverte des bases d'une personnalité ou à l'explication d'attitudes et de caractères. Nous devons plutôt nous attendre à trouver dans tous les sens des quantités innombrables de variantes et de nuances et ce que nous croyons avoir trouvé doit constamment être comparé avec des faits analogues et confirmé, car si un enfant se défend contre la mère qui le gâte, il va généralement trop loin dans son opposition et il transpose son hostilité à des situations où une aide amicale extérieure s'imposerait.

Si plus tard l'effet d'être gâté s'intensifie, sans pour cela entraîner la destruction de la volonté indépendante, comme il arrive si souvent dans de tels cas, il peut se faire que l'enfant gâté arrive à s'en lasser. Mais le style de vie acquis dans son enfance ne se modifiera pas pour autant.

La psychologie individuelle assure qu'on ne peut comprendre un individu autrement que par l'observation de la ligne de conduite qu'il adopte pour résoudre les problèmes vitaux qui le concernent. Le comment et le pourquoi de ce comportement doivent être observés avec soin. Sa vie commence avec la possession de possibilités humaines, des possibilités de développement qui sont certes différentes pour chaque individu, sans qu'il nous soit possible de reconnaître ces divergences autrement que par les actes accomplis. Ce que nous voyons dès le début de l'existence est déjà fortement influencé par des circonstances extérieures, dès le premier jour de la naissance. Les deux influences réunies, celle de l'hérédité et celle du monde environnant, deviennent la propriété de l'enfant, que celui-ci utilise pour trouver le chemin de son développement. Or on ne peut concevoir ou suivre un chemin et une conduite sans direction ni but. *Le but de l'âme humaine est le triomphe, la perfection, la sécurité, la supériorité.*

L'enfant en est plus ou moins réduit à sa propre force créatrice et à sa capacité à deviner son chemin dans l'utilisation des influences que son propre corps et le monde environnant lui ont fait éprouver. Son opinion de la vie qui constitue la base de son attitude - base qui n'est pas exprimée par des mots ni interprétée par des idées - est son propre chef-d'œuvre. Ainsi l'enfant acquiert sa loi dynamique qui après une certaine éducation l'aide à former son style de vie. C'est en accord avec ce style de vie que nous voyons l'individu penser, sentir et agir, pendant toute son existence. Ce style de vie s'est presque toujours développé dans des conditions où l'enfant était assuré d'une aide extérieure. Dans les circonstances toujours changeantes de l'existence, un tel style de vie ne semble pas tout à fait adéquat, lorsqu'une aide désintéressée s'impose dans un milieu autre que le milieu familial.

Les questions qui se posent alors sont les suivantes : quelle attitude convient-il d'adopter dans la vie ? Quelle solution des problèmes vitaux doit-on envisager ? La psychologie individuelle essaye dans la mesure du possible de répondre à ces questions. Personne ne détient la vérité absolue. Une solution concrète qui sera généralement reconnue comme juste doit s'imposer au moins par les deux points suivants. Une idée, un sentiment, une action ne sera considérée comme juste, que si elle l'est *sub specie aeternitatis*. Et d'autre part, il faut que le salut ou le bien-être de la collectivité en résulte indubitablement. Ceci est valable aussi bien pour les problèmes traditionnels que pour les nouveaux problèmes, et s'applique aussi bien aux problèmes vitaux qu'aux problèmes de moindre importance. Les trois grands problèmes de la vie que chacun doit résoudre et qu'il résout à sa manière, les questions de la société, du travail et de l'amour, ne pourront être envisagés à peu près correctement que par des êtres pour lesquels l'effort pour la communauté est devenu une question vitale. Il est incontestable qu'en face de nouveaux problèmes peuvent surgir une incertitude et un certain doute, mais la volonté en faveur de la vie collective peut seulement mettre à l'abri des erreurs grossières.

Si au cours de ces recherches nous nous trouvons en face de types caractérisés, nous ne sommes pas libérés de l'obligation de trouver la singularité du cas d'espèce. Ceci concerne aussi les enfants gâtés, ce fardeau immense pour la maison, l'école et la société. Nous devons trouver le cas d'espèce lorsqu'il s'agit d'enfants difficiles, de sujets nerveux ou aliénés, de candidats au suicide, de délinquants, d'ivrognes ou de pervers, etc. Ils souffrent tous d'un manque de sentiment social que l'on peut rattacher presque toujours au fait qu'ils ont été gâtés dans leur enfance ou à leur intense désir d'être gâtés, et d'être délivrés des exigences de la vie.

On ne peut découvrir le comportement d'un être humain qu'après avoir bien compris ses réactions - comme aussi son manque de réactions - en face des problèmes de la vie. Ceci ne signifie rien pour le cas d'espèce, si, comme le fait la psychologie de la possession, on essaye de rattacher toutes sortes de symptômes erronés aux régions obscures d'une hérédité incertaine ou à des influences du monde extérieur généralement reconnues comme nuisibles - que l'enfant pourtant adopte à sa guise, qu'il assimile et auxquelles il réagit. La psychologie individuelle est la psychologie de l'usage et elle met l'accent sur l'appropriation créatrice et l'exploitation de toutes ces influences. Celui qui considère les questions toujours différentes de la vie comme étant toujours identiques, et qui ne distingue pas ce qui est particulier à chaque cas, est facilement porté à croire à des causes agissantes, à des tendances, à des instincts, qui seraient des meneurs démoniaques de notre sort. Celui qui ne s'aperçoit pas que chaque génération se trouve en face de nombreux problèmes qui n'ont jamais existé auparavant, celui-là peut croire à l'efficacité d'un inconscient héréditaire. La psychologie individuelle connaît trop bien le tâtonnement, la recherche et l'activité créatrice - bonne ou mauvaise - de

l'esprit humain dans la solution de ces problèmes, pour accepter cette croyance. C'est par une activité résultant de son style de vie que chaque individu trouve lui-même une solution aux problèmes qui se posent à lui. La typologie perd beaucoup de sa valeur lorsqu'on connaît la pauvreté du langage humain. À quel point sont diverses les relations que nous désignons par le mot « amour » ! Est-ce que deux sujets plongés dans leurs pensées se ressemblent jamais ? Est-il concevable que les vies de deux jumeaux monovitelins, qui, soit dit en passant, présentent souvent le désir et la tendance d'être semblables, puissent se dérouler sur cette terre d'une façon identique ? Nous pouvons nous servir de la typologie, nous devons même nous en servir, comme nous nous servirions d'une probabilité, mais nous ne devons pas oublier, même en cas de ressemblances, la singularité toujours présente propre à chaque individu. Dans cette attente, nous pouvons nous servir de la probabilité pour éclairer le champ visuel dans lequel nous espérons trouver la singularité, mais nous devons y renoncer dès que des contradictions se présentent.

À la recherche des racines du sentiment social - en supposant la possibilité de son développement chez l'être humain - nous rencontrons immédiatement la mère en tant que premier et plus important facteur. C'est la nature qui lui a imposé ce rôle. Ses rapports vis-à-vis de l'enfant sont ceux d'une coopération intime (communauté de vie et de travail), dont tous deux tirent profit et non pas, comme le croient certains, une exploitation unilatérale, sadique de la mère par l'enfant. Le père, les autres enfants, les proches parents, les voisins, doivent favoriser ce travail de la coopération en entraînant l'enfant à devenir un collaborateur égal en droit et non pas un ennemi de la société. Plus l'enfant aura l'impression qu'on peut se fier aux autres et à leur collaboration et plus il sera enclin à collaborer d'une façon spontanée. Il mettra tout ce qu'il possède au service de la coopération.

Mais là où la mère déborde trop nettement d'une tendresse exagérée et décharge l'enfant de toute collaboration en rendant superflues son attitude, ses pensées, ses actions, voire même son langage, l'enfant sera davantage enclin à se développer d'une façon parasitaire (exploiteuse) et à tout attendre des autres. Il se poussera toujours en avant, se posera comme le personnage central, et sera préoccupé de réduire tous les autres à son service, de les faire marcher au doigt et à l'œil. Il développera des tendances égoïstes et il considérera comme son droit de subjuguier les autres, de se faire choyer par eux, de prendre sans jamais donner. Une ou deux années d'un tel entraînement suffisent pour mettre un terme à tout développement de son sentiment social et à toute tendance à la collaboration.

Tantôt s'appuyant sur les autres, tantôt cherchant à les dominer, les enfants gâtés se heurtent bientôt à l'opposition, pour eux insurmontable, d'un monde qui exige un sentiment social et de la collaboration. Une fois dépouillés de leurs illusions, ils accusent les autres et ne voient toujours dans la vie que le

principe hostile. Leurs questions sont de nature pessimiste : « La vie a-t-elle un sens? » « Pourquoi devrais-je aimer mon prochain ? » S'ils se soumettent aux exigences légitimes d'une idée communautaire active, ils le font uniquement parce qu'ils craignent, au cas où ils s'y opposeraient, des répercussions et des sanctions possibles. Placés en face des problèmes de la société, du travail et de l'amour, ils ne trouvent pas le chemin de l'intérêt social, subissent un choc, ressentent son effet organique et psychique et se replient sur eux-mêmes avant ou après avoir subi ce qu'ils considèrent comme une défaite. Mais ils persistent toujours dans leur attitude, acquise dès leur enfance, selon laquelle ils ont été victimes d'une injustice.

Nous pouvons maintenant comprendre aussi que tous les traits de caractère non seulement ne sont pas innés, mais qu'ils expriment avant tout des rapports qui sont entièrement subordonnés au style de vie. Ils sont coproduction qui résulte de l'activité créatrice de l'enfant. L'enfant gâté, incité à l'égoïsme, développera plus ou moins des traits de caractère égoïstes, envieux et jaloux et montrera, comme s'il vivait en pays ennemi, de l'hypersensibilité, de l'impatience, un manque de persévérance, une tendance à des crises affectives et un naturel avide. Une tendance à se replier sur lui-même et une circonspection excessive sont des traits d'accompagnement.

L'allure, pour parler d'une façon imagée, d'une personne gâtée, lorsqu'elle se trouve dans une situation favorable, n'est pas toujours facile à démasquer. Cela devient plus facile lorsqu'elle se trouve dans une situation défavorable, et que son sentiment social est soumis à l'épreuve. Dans cette dernière éventualité on la trouve dans une attitude hésitante ou stoppée à une certaine distance de son problème. L'individu donne, pour expliquer l'éloignement où il se tient, des prétextes qui montrent qu'il ne s'agit pas là de la prudence du sage. Il change souvent de société, d'amis, de partenaire en amour et lit de profession, sans jamais atteindre un résultat satisfaisant. En certaines occasions ces hommes se lancent dans une entreprise avec tant de hâte, que quelqu'un d'averti comprendra immédiatement combien ces gens-là manquent de confiance en eux-mêmes et que bien vite leur zèle diminuera. D'autres parmi les sujets gâtés deviennent des originaux, aimeraient se retirer dans le désert pour éviter tout problème. Ou bien ils résolvent un problème partiellement et, ce faisant, rétrécissent fortement leur cercle d'action en correspondance avec leur sentiment d'infériorité. Lorsqu'ils disposent d'un certain fond d'activité qu'il ne faut certes pas nommer « courage », ils donnent facilement en cas de situation difficile dans le domaine du socialement inutile, voire nuisible, et deviennent des criminels, des candidats au suicide, des ivrognes ou des pervers.

Il n'est pas facile de s'identifier avec la vie d'un sujet très gâté, c'est-à-dire de la comprendre entièrement. Il faut déjà posséder le rôle comme un bon acteur et entrer dans la peau du personnage : comment on devient le centre

d'attraction, comment il faut guetter chaque situation où on pourra dominer les autres, où on n'est jamais collaborateur, où on attend tout sans rien donner. Il faut avoir saisi comment ces sujets essayent d'exploiter pour eux-mêmes le travail en commun des autres, leur amitié, leur travail et leur amour, comment ils n'ont d'intérêt que pour leur propre bien-être, pour leur exemption personnelle de tout effort et comment ils pensent uniquement au soulagement de leurs propres tâches au détriment des autres pour pouvoir comprendre que ce n'est pas le bon sens et la raison qui les guident.

L'enfant psychiquement sain développe du courage, une intelligence d'une valeur générale, une faculté d'adaptation active; l'enfant gâté n'a rien ou très peu de tout ceci, mais par contre de la lâcheté et du truquage. Et en plus son esprit se meut dans un sentier excessivement étroit, ce qui fait qu'il paraît toujours tomber dans les mêmes erreurs. Un enfant tyrannique paraît toujours tyrannique, un voleur persiste toujours dans ce métier. Le sujet atteint de névrose d'angoisse répond à toutes les obligations de la vie par de l'angoisse, le toxicomane recherche toujours sa drogue, le pervers sexuel ne montre aucune tendance à abandonner sa perversion. Dans le fait d'exclure toute autre activité apparaît encore plus nettement leur lâcheté en face de la vie, leur manque de confiance en eux-mêmes, leur complexe d'infériorité, leur tendance à s'éliminer eux-mêmes.

112

Le monde rêvé des personnes gâtées - leur perspective, leur opinion et leur conception de la vie - sont extraordinairement différents du monde réel. Leur pouvoir d'adaptation à l'évolution de l'humanité est plus ou moins étouffé et ceci les amène constamment en conflit avec la vie, conflit dont les effets nuisibles font souffrir leur entourage. Dans l'enfance nous les trouvons parmi les enfants turbulents ou dolents, plus tard parmi les criminels, les candidats au suicide, les névrosés et les toxicomanes, et toujours différents les uns des autres. Souvent insatisfaits, ils regardent avec une jalousie qui les consume les succès des autres sans rien tenter pour se ressaisir. Hantés constamment par la peur d'essuyer une défaite, de voir découvrir leur manque de valeur, on les voit le plus souvent en recul devant les tâches de la vie, recul pour lequel ils ne manquent pas de prétextes.

Il ne faut pas oublier que certains parmi eux réussissent dans la vie; ce sont ceux qui ont pu surmonter leur faiblesse et qui ont tiré profit de leurs fautes.

La guérison et la transformation de ces personnes ne peut réussir que par la voie de l'esprit, en arrivant progressivement à les convaincre qu'ils ont échoué dans l'élaboration de leur style de vie. La prophylaxie me paraît encore plus importante. La famille, surtout la mère, devra comprendre qu'il ne

faut pas exagérer son amour pour l'enfant jusqu'à le gâter. On pourrait espérer encore plus d'instituteurs qui auraient appris à reconnaître cette erreur et à la corriger. À ce moment il deviendra plus clair que ce ne l'a été jusqu'à présent qu'il n'y a pas de plus grand mal que celui de gâter les enfants, avec toutes les conséquences qui en résultent.

10

Qu'est-ce en réalité qu'une névrose ?

[Retour à la table des matières](#)

10

Celui qui, pendant des années, s'est occupé de ces problèmes, comprendra qu'il faut donner une réponse claire et nette à cette question : qu'est-ce en réalité qu'une névrose ? Si on parcourt la littérature pour y obtenir des renseignements, on trouvera une telle confusion de définitions que pour conclure on pourra difficilement arriver à une conception unitaire.

Comme toujours lorsqu'une question est obscure, il existe une multitude d'explications et de thèses opposées ; c'est ce qui s'est produit en ce qui concerne la névrose. La névrose ? de l'irritabilité, une faiblesse irritable, une maladie des glandes à sécrétion interne, le résultat d'une infection dentaire,

nasale, génitale, une faiblesse du système nerveux, la conséquence d'une diathèse hormonale ou urique, d'un traumatisme obstétrical, d'un conflit avec le monde extérieur, avec la religion, avec l'éthique, d'un conflit entre l'inconscient mauvais et le conscient conciliant, du refoulement de tendances sexuelles, sadiques, criminelles, du bruit et des dangers des grandes villes, d'une éducation trop indulgente ou trop sévère, d'une éducation familiale en particulier, de certains réflexes conditionnés, etc...

Ces conceptions renferment une part de vérité qui peut être utilisée dans l'explication de manifestations partielles plus ou moins importantes de la névrose. Mais la plupart de ces faits se retrouvent souvent chez des personnes qui ne souffrent pas de névrose. Quant à la question : qu'est-ce qu'une névrose ? ces explications ne contribuent à peu près en rien à son éclaircissement. L'extraordinaire fréquence de cette maladie, ses répercussions sociales particulièrement graves, le fait que seule une infime partie des névrosés sera soumise à un traitement alors que d'autres porteront ce mal avec eux comme une extraordinaire torture durant toute leur vie, tout ceci et le grand intérêt de l'opinion publique pour cette question justifie qu'une explication calme et scientifique en soit faite devant le public. A cette occasion, on verra combien la science médicale est nécessaire pour la compréhension et le traitement de cette maladie. Il ne faut non plus laisser de côté le point de vue de la prophylaxie des névroses qui est possible et indispensable, mais qui ne sera réalisable qu'avec une compréhension plus claire des maux qui les ont provoquées. Les moyens de les prévenir et de les déceler dès le début, alors qu'elles sont de peu d'importance, sont du ressort de la science médicale ; mais l'aide apportée par la famille, les instituteurs, les éducateurs et d'autres personnes auxiliaires est indispensable. Ceci justifie une large diffusion des connaissances que nous avons de la nature et de l'origine des névroses.

Il faut absolument mettre de côté certaines définitions arbitraires qui existent depuis longtemps, par exemple que la névrose résulte du conflit entre le conscient et l'inconscient. Il est difficile de discuter là-dessus, car les auteurs qui rendent hommage à cette conception auraient dû finalement se rendre compte que rien ne peut avoir lieu sans conflit; aussi cette assertion n'apporte-t-elle aucun éclaircissement sur la nature des névroses; pas plus que cette explication erronée, basée sur une conception scientifique présomptueuse, qui voudrait attribuer à une action des chimismes ces modifications organiques. Avec une telle conception il paraît difficile de contribuer à la compréhension des névroses étant donné que nous ne pouvons rien dire sur la nature des chimismes. Les autres définitions courantes, elles non plus, ne nous disent rien de nouveau. Ce qu'on sous-entend par le terme nervosité, est l'irritabilité, la méfiance, la timidité, etc. en un mot toutes sortes de manifestations qui se distinguent par des traits de caractère négatifs, par des traits de caractère qui ne cadrent pas avec la vie et qui paraissent chargés d'états affectifs. Tous les auteurs sont d'accord sur le fait que la nervosité est en

rapport avec une vie affective amplifiée. Lorsqu'il y a de nombreuses années, je m'attachais à décrire ce que nous entendions par le tempérament nerveux, je mis à jour l'hypersensibilité du nerveux. Bien que dans de rares cas il puisse ne pas être facile à découvrir étant donné qu'il est camouflé, ce trait de caractère se trouve chez tous les nerveux. Un examen plus approfondi montrera pourtant que les nerveux sont des gens d'une grande sensibilité. En poursuivant plus profondément ses recherches, la psychologie individuelle a montré où cette sensibilité prend son origine. Celui qui se sent chez lui sur cette pauvre écorce terrestre, qui est convaincu de la nécessité de prendre sa part aussi bien des inconvénients que des joies de la vie, qui est résolu à apporter sa contribution au bien-être commun, celui-ci ne montrera pas d'hypersensibilité. L'hypersensibilité est l'expression du sentiment d'infériorité. De là dérive tout naturellement les autres traits de caractère du nerveux, comme par exemple l'impatience, laquelle ne se trouve pas chez celui qui se sent en sécurité, qui a de la confiance en soi, et qui a fini par admettre qu'il faut se débattre avec les problèmes de la vie pour leur trouver une solution. Si l'on tient compte de ces deux traits de caractère, hypersensibilité et impatience, on comprendra qu'il y a des êtres humains qui vivent dans un état affectif intensifié. Si on ajoute à cela que ce sentiment d'insécurité impose de violents efforts pour atteindre un état d'équilibre, de sécurité, on comprendra pourquoi le nerveux est poussé à rechercher la supériorité et la perfection et pourquoi ce trait, qui implique une tendance à la prééminence, se présente sous forme d'une ambition qui ne tient compte que de sa propre personne. Ceci se comprend chez un homme qui est en danger. Parfois cette tendance à la prééminence prend d'autres formes telles que l'avidité, l'avarice, la jalousie, l'envie, qui d'avance sont condamnées par la société. Il s'agit là d'êtres humains qui par la force et la ruse s'efforcent de surmonter les difficultés, ne se croyant pas capables de trouver une solution franche. Il s'y ajoute que le sentiment d'infériorité renforcé va de pair avec un développement insuffisant du courage et qu'à sa place on découvre une série d'essais artificiels pour escamoter le problème de la vie, se faciliter l'existence et se décharger de ses difficultés sur le dos des autres. Cette fuite de la responsabilité est en rapport avec une absence d'intérêt pour les autres. Nous sommes loin de vouloir critiquer ou condamner le grand nombre de personnes qui montrent cette attitude à des degrés différents, car nous savons que même les pires erreurs qu'elles commettent ne sont pas accomplies avec la pleine conscience de leur responsabilité, mais qu'elles sont victimes de leur attitude erronée en face de la vie. Ces gens poursuivent un but qui les met en contradiction avec la raison, mais jusqu'ici rien n'a encore été dit en ce qui concerne la nature de la nervosité, ses conditions d'apparition, sa structure. Nous avons cependant fait un pas en avant et nous pouvons constater, en tenant compte du manque de courage du nerveux, son attitude hésitante et la moindre efficacité de sa façon de procéder une fois placé devant les problèmes de la vie. Il est certain que nous pouvons suivre les traces de cette activité réduite jusqu'à l'enfance. Nous autres psychologues individuels, nous ne sommes pas surpris

de cette constatation étant donné que la trame de la vie se forme au cours des premières années et qu'elle reste immuable, n'étant accessible à une modification que si l'intéressé comprend l'erreur de son développement et possède la faculté de se joindre de nouveau à la société en vue de contribuer au bien-être de toute l'humanité. On peut supposer qu'un enfant qui possède une activité accrue dans le mauvais sens, s'il présente plus tard un échec, ne deviendra pas un nerveux, mais qu'il extériorisera cet échec sous une autre forme, en devenant criminel, candidat au suicide ou ivrogne. Il pourra se présenter comme un enfant difficile de la pire espèce, sans jamais présenter les traits du nerveux. Nous avons donc approché de la solution du problème et nous pouvons constater que le rayon d'action de pareil sujet ne présente pas une grande étendue. Le nerveux a un rayon d'action réduit en comparaison avec celui d'êtres plus normaux. C'est une question importante que de savoir d'où vient cette activité accrue. Lorsque nous avons constaté qu'il est possible de développer ou de restreindre le rayon d'action d'un enfant, lorsque nous avons compris qu'une éducation erronée arrive à réduire presque à rien ce rayon d'action, alors nous comprenons que le problème de l'hérédité n'a rien à voir pour nous dans cet ordre de choses ; mais ce que nous constatons est le résultat de la faculté créatrice de l'enfant. L'organicité et les influences du monde extérieur constituent les matériaux que l'enfant utilisera pour la construction de sa personnalité. Il est à noter que les symptômes observés dans les troubles nerveux sont tous chroniques, que ces symptômes soient classés parmi les troubles d'ordre physique de certains organes ou parmi les ébranlements psychiques : manifestations d'angoisse, idées obsessionnelles, états de dépression, ceux-ci semblant présenter une signification spéciale, céphalées nerveuses, éreutrophobie, obsession de la propreté (ruphobie) et d'autres manifestations psychiques semblables. Ils persistent pendant très longtemps et si on ne veut pas se perdre dans l'obscurité de conceptions fantasques qui admettent qu'ils se sont développés sans signification propre, si par contre on leur cherche une relation commune de cause à effet, on découvrira que l'enfant s'est trouvé devant un problème trop difficile à résoudre pour lui, et qui reste non résolu. Ainsi paraît établie et expliquée la constance du symptôme nerveux. L'éclosion du symptôme nerveux est déterminée par la réaction devant un problème donné. Nous avons fait de vastes recherches pour établir en quoi consiste la difficulté à résoudre un problème, et la psychologie individuelle a éclairci d'une façon définitive ce terrain en constatant que les êtres humains se trouvent toujours en face de problèmes qui exigent une préparation sociale. L'enfant doit dès sa première enfance acquérir cette préparation sociale, car cette compréhension est absolument indispensable à son développement. Nous nous sommes donnés comme thèse de démontrer qu'en effet pareil problème aboutit toujours à une émotion profonde, de sorte que nous pouvons parler d'effets de choc. Ceux-ci peuvent être de différentes natures. Ce peut être un problème d'ordre social ; par exemple une amitié déçue. Qui n'en a jamais fait l'expérience, qui n'en a pas été ébranlé ? L'ébranlement n'est pas encore un signe de maladie nerveuse, il ne devient signe nerveux et

maladie nerveuse véritable que s'il persiste et représente un état durable. Dans ce cas l'intéressé se détourne avec méfiance de ses semblables et manifeste avec évidence par de l'appréhension, de la timidité et des symptômes organiques, tels que battements cardiaques accélérés, sudation, troubles gastro-intestinaux, envies pressantes d'uriner. Cet état a une signification indiscutable et claire en psychologie individuelle et nous apprend que cet homme n'a pas suffisamment développé son aptitude à prendre contact avec les autres ; et il en résulte que sa déception l'a amené à l'isolement. Ainsi nous avons mieux saisi le problème et nous pouvons mieux nous représenter ce qu'est une névrose. Si par exemple quelqu'un perd de l'argent dans sa profession et accuse le choc qui en résulte, il ne présente pas encore pour autant une névrose ; cela ne se produira que s'il reste dans cet état, se contente de rester ébranlé et rien de plus. Ceci ne s'explique que si l'on comprend que cet homme n'a pas acquis un degré suffisant d'aptitude à collaborer et qu'il n'avance qu'à condition que tout lui réussisse. La même chose s'applique aux questions d'amour. Il est certain que la solution de la question de l'amour n'est pas une futilité, elle exige déjà une certaine expérience, une compréhension, un certain sens de la responsabilité.

Si à propos de cette question quelqu'un est mis en état d'énervement et d'irritation, si une fois repoussé il n'avance plus jamais, si dans cette dérobade en face du problème en question, se retrouvent toutes les émotions qui la protègent, s'il acquiert une conception de vie qui le fait persister dans cette voie de recul, là seulement nous pouvons parler de nervosité. N'importe qui subira des effets de choc s'il est exposé au feu, mais ces effets de choc ne mèneront à un état permanent que si l'individu qui en a souffert n'est pas préparé pour les problèmes de la vie. Dans ce cas il reste coincé à un point mort. Nous avons déjà établi les motifs de cette attitude quand nous avons dit que c'était celle d'êtres humains qui ne sont pas correctement préparés à la solution de tous les problèmes, et qui depuis l'enfance n'ont jamais pratiqué vraiment le travail en commun; mais à cela nous devons ajouter qu'il faut voir dans la névrose un tourment et non pas quelque chose d'agréable à ressentir. Si je proposais à quelqu'un de provoquer lui-même ses maux de tête comme ceux qui résulteraient de sa confrontation avec une épreuve, pour la solution de laquelle il n'aurait pas été préparé, il sera incapable de le faire. Voici pourquoi il faut *a limine* rejeter toutes les explications, toutes les conceptions fausses, prétendant que l'individu produit son mal, qu'il désire être malade. Il est hors de doute que l'intéressé souffre réellement mais il préfère encore cette souffrance à la souffrance plus grande qu'il éprouverait s'il devait laisser paraître son échec devant le problème qu'il avait à résoudre. Il préfère se soumettre à toutes les souffrances nerveuses plutôt qu'à la mise à nu de son manque de valeur. Le nerveux autant que l'homme normal s'opposera de toutes ses forces à la constatation de son manque de valeur, mais le nerveux s'y opposera beaucoup plus. Si on tient compte de l'hypersensibilité, de l'impatience, de l'intensification des états affectifs, de l'ambition personnelle, on

peut comprendre qu'il ne sera pas possible de faire faire un seul pas en avant à un pareil sujet tant qu'il se croira en danger de voir découvrir son manque de valeur. Quel est l'état affectif qui suit les effets de choc ? Celui qui en est la victime ne les a pas produits ; il ne les désire pas ; ils existent bien cependant en tant que conséquence d'un ébranlement psychique, d'un sentiment de défaite, en tant que peur qu'on puisse découvrir son manque de valeur. Il n'est pas vraiment décidé à lutter contre ces effets et il ne sait pas non plus comment s'y prendre pour s'en libérer. Il aimerait les éliminer, il persiste à dire : « Je voudrais guérir, je voudrais être libéré de ces symptômes. » C'est pour ce motif qu'il consulte le médecin. Mais ce qu'il ne sait pas, c'est qu'il craint par-dessus tout d'être découvert comme étant sans valeur. Le sombre secret de son manque de valeur pourrait percer au grand jour. Maintenant nous voyons ce qu'est en réalité la névrose : un essai d'éviter le plus grand mal, un essai de maintenir à tout prix l'apparence de la valeur, tout en désirant arriver à ce but sans payer de frais. Malheureusement c'est impossible. Il n'existe pas d'autre moyen que de procurer à l'intéressé une meilleure préparation pour la vie, en l'y ajustant mieux, en l'encourageant, et cela ne peut pas être obtenu par de l'excitation, des punitions, par de la sévérité, par la contrainte. On sait combien de gens sont capables de se suicider, s'ils disposent d'une certaine activité, plutôt que de chercher à résoudre leurs problèmes ; ceci est clair. Voici pourquoi nous ne pouvons nous attendre à rien par la contrainte, il faut une préparation systématique jusqu'à ce que l'intéressé se sente sûr de lui et décide de lui-même d'entreprendre la solution du problème. Dans le cas contraire, c'est un homme qui croit se trouver devant un abîme, qui craint, s'il est poussé, de choir dans l'abîme, ce qui signifie que son manque de valeur pourrait être découvert.

Un avocat âgé de 35 ans se plaint de nervosité, de maux de tête incessants dans la région occipitale, de toutes sortes de troubles gastriques, d'une sensation de vide dans toute la tête, d'une faiblesse générale et de fatigue. Il a souvent peur de perdre connaissance lorsqu'il doit parler à des gens inconnus. En plus il est toujours énervé et agité. Chez lui, dans le milieu familial, il se sent plus à l'aise, quoique même là l'atmosphère ne lui convienne pas tout à fait. Il est convaincu que son manque de réussite vient de ces symptômes gênants.

L'examen clinique donne un résultat négatif en dehors d'une scoliose dont on peut tenir compte pour l'explication de la céphalée occipitale et de douleurs dans le dos, en raison de la diminution du tonus musculaire à la suite de l'état dépressif. La fatigue peut être attribuée indubitablement à son agitation, mais on doit aussi l'interpréter, de même que la sensation de vide dans la tête, comme une manifestation partielle de son état dépressif. Les troubles de la région gastrique sont plus difficiles à comprendre par un diagnostic général que nous employons ici; ils pourraient être la conséquence d'une irritation nerveuse à la suite de la scoliose, mais aussi un mode d'expression localisé, la

réponse d'un organe inférieur en face d'une irritation psychique. La fréquence de troubles gastriques pendant l'enfance et le fait que le père se plaint de troubles analogues également sans motif organique, plaident en faveur de cette explication. Le malade sait aussi que des états d'énervement occasionnels étaient toujours accompagnés d'anorexie, parfois de vomissements.

Une plainte que l'on considère peut-être comme une futilité nous permet de mieux reconnaître le style de vie du malade. Son agitation continue nous montre clairement qu'il n'a pas complètement renoncé à « son succès ». Plaide, en faveur de la même conclusion, quoique dans une mesure plus restreinte, la déclaration faite par lui qu'il ne se sent pas à l'aise même chez lui, étant donné que même chez lui son inquiétude de pouvoir rencontrer des personnes étrangères, donc reprendre contact avec le monde, ne peut le quitter. La peur de perdre connaissance nous permet de jeter un regard dans l'élaboration de sa névrose : il nous dit, sans y prendre garde, comment il augmente artificiellement son énervement lorsqu'il doit rencontrer des étrangers, par cette idée préconçue qu'il pourrait perdre connaissance. Il faut souligner deux raisons pour lesquelles le malade ignore qu'artificiellement, comme si c'était avec intention, il accroît son énervement jusqu'à la confusion. La première raison est évidente, quoique pas toujours comprise. Le malade ne regarde qu'à la dérobée ses symptômes et ne voit pas le rapport qu'ils ont avec l'ensemble de sa conduite. La deuxième raison est que la retraite inexorable, « cette avance à rebours », ainsi que je l'ai décrite depuis longtemps comme étant le symptôme névrotique le plus important (dans *Le tempérament nerveux*, trad. franç. Payot, Paris), ne doit pas être interrompue, quoique dans notre cas elle soit liée à de faibles essais pour se ressaisir. L'énervement ressenti par le malade lorsqu'il se heurte aux trois problèmes de la vie : société, profession, amour, pour lesquels il n'est certes pas préparé, touche non seulement le corps pour y produire des modifications fonctionnelles, mais aussi l'âme. Il faudrait évidemment que cette agitation soit encore prouvée, car jusqu'à présent cela n'a été que conjecturée à l'aide d'un diagnostic général, à l'aide de l'expérience de la psychologie individuelle, et grâce à une intuition médico-psychologique. La préparation insuffisante de cette personnalité amène des troubles fonctionnels du corps et de l'esprit. Le malade, peut-être renseigné par de minimes échecs antérieurs, recule effrayé devant le facteur « exogène », se sent constamment menacé par la défaite ; à plus forte raison s'il a été gâté dans son enfance (nous devons ultérieurement fournir la preuve de cette supposition) il trouvera de plus en plus inaccessible le but d'une supériorité personnelle qu'il s'était assignée, but sans intérêt pour les autres. Ces symptômes, que nous trouvons dans la névrose et la psychose, naissent à l'occasion de cet état affectif d'émotion intense, toujours provoquée par la peur d'une défaite définitive (quoique la peur au sens propre du mot ne se manifeste pas toujours) à partir d'une constitution organique le plus souvent héréditaire et d'une constitution psychique toujours acquise, constamment mélangées et s'influencent mutuellement.

Mais est-ce déjà de la névrose ? La psychologie individuelle a vraiment beaucoup contribué à éclaircir le fait qu'on peut être bien ou mal préparé pour résoudre les problèmes de la vie et qu'entre ces deux extrêmes il existe des milliers de variantes. Elle a aussi contribué à faire comprendre que le sentiment d'inaptitude à résoudre les problèmes, fait vibrer le corps et l'âme de mille façons en face du facteur exogène. Elle a démontré que la préparation défectueuse remonte à la première enfance et qu'elle ne se laisse améliorer ni par l'expérience, ni par des émotions, mais uniquement par une meilleure compréhension. Et elle a découvert comme facteur intégrant dans le style de vie le sentiment social, qui doit être présent d'une façon décisive pour la solution de tous les problèmes vitaux. J'ai décrit comme complexe d'infériorité les manifestations organiques et psychiques qui accompagnent le sentiment de l'échec et qui le caractérisent. Les effets de choc en cas de complexe d'infériorité sont évidemment plus grands chez des individus mal préparés que chez ceux qui le sont mieux, ils le sont moins chez des êtres courageux que chez des êtres découragés et qui cherchent constamment une aide extérieure. Chacun a des conflits qui l'ébranlent plus ou moins, chacun les ressent dans son corps et dans son âme. Notre ensemble organique, les conditions sociales extérieures ne dispensent personne du sentiment d'infériorité vis-à-vis du monde extérieur. Les infériorités organiques héréditaires sont trop fréquentes pour qu'elles ne soient pas touchées par les dures exigences de la vie. Les facteurs extérieurs qui influencent l'enfant ne sont pas de nature à lui faciliter la structure d'un style de vie « juste ». Le fait d'avoir été gâté principalement, d'avoir été négligé, apparemment ou effectivement, incitent l'enfant trop souvent à se mettre en contradiction avec le sentiment social. Ajoutons à cela que l'enfant trouve sa loi dynamique le plus souvent sans être convenablement guidé d'après la loi trompeuse de l'expérience et de l'erreur, avec un libre choix personnel, simplement limitée par les possibilités humaines mais tendant toujours vers un but de supériorité par des milliers de variantes. La force créatrice de l'enfant emploie, « utilise » toutes ses impressions et toutes ses sensations pour édifier une attitude définitive en face de la vie, pour développer sa loi dynamique individuelle. Ce fait, mis en évidence par la psychologie individuelle, a été désigné plus tard comme une « attitude » ou « forme », sans tenir compte de l'ensemble de l'individu et de ses rapports étroits avec les trois grandes questions de la vie et aussi sans reconnaître la contribution de la psychologie individuelle dans cette recherche. Mais est-ce déjà « la névrose » que ce conflit avec ses conséquences organiques et psychiques, conflit de l'enfant « difficile », du candidat au suicide, du criminel, de l'homme ultra-réactionnaire, du militant ultra-radical et fanatique, du nonchalant qui vit au jour le jour, du bon vivant gêné dans son bien-être par la misère qui l'entoure. Toutes ces personnes heurtent par leur loi dynamique erronée, rigide, cette « vérité » soulignée par la psychologie individuelle ; ils sont en contradiction avec ce qui est « juste » *sub specie aeternitatis*, avec les exigences inexorables d'une société idéale. Ils ressentent organiquement et psychiquement les

milliers d'effets de ce heurt dans ses innombrables variantes. Mais est-ce là la névrose ? Si les exigences inexorables de la société idéale n'existaient pas, si chacun pouvait dans sa vie satisfaire sa loi dynamique erronée (on pourrait d'une manière plus imaginative dire aussi ses tendances, ses réflexes conditionnés), alors il n'existerait pas de conflit. Personne ne pourrait émettre pareille exigence-insensée. Elle ne se manifeste que timidement, lorsqu'on ne tient pas compte des rapports entre l'individu et la société ou qu'on essaie de les disjoindre. Chacun s'incline plus ou moins docilement devant la loi d'airain de la société idéale. Seul l'enfant excessivement gâté attendra et demandera « res mihi subigere conor », comme le souligne Horace en le désapprouvant ; traduction libre : « Mettre à contribution la communauté pour mes propres fins sans rien fournir moi-même. » Pourquoi dois-je aimer mon prochain ? est une question qui résulte implicitement des rapports inséparables des êtres humains entre eux dans l'idéal de la société qui nous guide inexorablement (voir *Der Sinn des Lebens, Zeitschrift für Individualpsychologie*, année 1931, page 161). Celui-là seul qui porte en lui et dans sa loi dynamique une part suffisante de ce but social et pour qui cela est aussi naturel que de respirer pourra résoudre dans le sens de la société les conflits qui le concernent.

Comme tout le monde, le névrosé vit et réalise ses conflits mais dans sa recherche de la solution il se distingue nettement de tous les autres. Étant donné les milliers de variantes de cette recherche, on trouvera toujours des névroses partielles et des formes mixtes. Le névrosé, depuis son enfance, a formé sa loi dynamique de façon à reculer en face de problèmes qui pourraient mettre en péril par une défaite menaçante sa vanité, sa recherche de la supériorité personnelle trop éloignée du sentiment social, son désir d'être le premier. Sa devise « Tout ou rien » (ou quelque chose de très approchant), l'hypersensibilité de quelqu'un qui se croit constamment sous l'imminence d'une défaite, un manque de quiétude, une émotivité intense telle que peut en avoir celui qui vit dans un pays ennemi, une certaine avidité, amènent des conflits plus fréquents et plus importants qu'il n'est nécessaire et lui facilitent le recul rendu inévitable par son style de vie. Cette retraite tactique, éprouvée et pratiquée depuis l'enfance, peut souvent simuler une « régression », un retour à des désirs infantiles. Mais ce ne sont pas de ces désirs que le névrosé se soucie, mais uniquement de sa retraite qu'il est prêt à payer par n'importe quel sacrifice. Là aussi on peut faire une confusion de ses sacrifices avec les « formes de l'autopunition ». Ce qui préoccupe le névrosé ce n'est pas l'autopunition, mais le sentiment du soulagement tiré de son recul qui le préserve contre un effondrement de sa vanité et de son orgueil.

Peut-être finira-t-on par comprendre ce que signifie dans la psychologie individuelle le problème de la « sécurité ». Cette notion, qui ne peut être saisie que lorsqu'on l'envisage dans son rapport avec l'ensemble, ne doit pas être considérée comme « secondaire » mais comme essentielle. Le névrosé se met « sécurité » par sa retraite et « assure » sa retraite en intensifiant les phéno-

mènes de choc de nature organique et psychique qui ont été produits par le heurt avec un problème menaçant.

Il préfère sa souffrance à l'effondrement de son orgueil personnel, orgueil dont la puissance n'a été connue jusqu'à présent que par la psychologie individuelle. Cet orgueil qui se manifeste souvent davantage dans la psychose, ce complexe de supériorité comme je l'ai appelé, est si puissant, que même le névrosé ne suspecte son existence qu'avec une crainte respectueuse et qu'il est bien aise d'en détourner son attention alors qu'il devrait le mettre à l'épreuve de la réalité. Il est poussé en avant par cet orgueil. Mais pour assurer sa retraite, il doit rejeter et oublier tout ce qui pourrait la gêner. Il n'y a place chez lui que pour l'idée de retraite, les sentiments de retraite et les actions de retraite.

Le névrosé voue tout son intérêt à la retraite, chaque pas en avant est considéré par lui comme une chute dans l'abîme avec toutes ses horreurs. Voici pourquoi il essaye de toute sa force, de tous ses sentiments, de tous ses moyens de retraite éprouvés, de se maintenir à l'arrière-plan. L'utilisation de ces épreuves auxquelles il sacrifie tout son intérêt, - tout en se détournant du seul facteur important, à savoir la peur d'avoir à reconnaître combien il est éloigné de son but orgueilleux et égoïste, - la grande mobilisation de sentiments, généralement déguisés sous forme métaphorique comme le rêve les aime, pour pouvoir persister dans son style de vie à l'encontre du sens commun, lui permettent de se maintenir par des mécanismes de sécurité tout prêts qui l'empêchent d'être entraîné dans la défaite. L'opinion et le jugement des autres, qui au début de la névrose reconnaissent des circonstances atténuantes, mais qui sans celles-ci n'admettraient pas l'auréole tremblante du névrosé, deviennent un grand danger. En un mot *l'exploitation des événements de choc pour la défense du prestige menacé*, voilà la névrose, ou encore plus brièvement, l'état affectif des névrosés se manifeste par un « oui... mais ». Dans le « oui » se trouve la reconnaissance du sentiment social, dans le « mais », la retraite et ses mécanismes de sécurité. On ne peut que nuire à la religion si on rend l'absence de religion responsable d'une névrose. On nuit à tout parti politique lorsque l'adhésion à celui-ci est prônée comme but de guérison d'une névrose.

Lorsque notre malade quitta l'université, il essaya de trouver un emploi dans le cabinet d'un avocat. Il n'y resta que quelques semaines parce que son rayon d'action lui paraissait trop modeste. Ayant ainsi changé de place plusieurs fois, soit pour ce motif, soit pour d'autres, il décida de se vouer plutôt à des études théoriques. On l'invita à faire des conférences sur des questions de droit, mais il refusa « parce qu'il ne pourrait pas parler devant un cercle d'auditeurs important ». De cette époque (il avait 32 ans) datent ses premiers symptômes : un ami qui voulait l'aider se proposa pour faire la lecture avec lui. Notre malade posa comme condition de parler le premier. Il

monta sur l'estrade tremblant et confus et craignit de perdre connaissance. Il voyait des taches noires devant les yeux. Peu de temps après la conférence il présenta des troubles digestifs et il avait l'impression qu'il mourrait s'il parlait encore une fois en public. À partir de ce moment il se contenta de donner des leçons à des enfants.

Un médecin qu'il consulta lui expliqua qu'il fallait avoir des rapports sexuel-, pour guérir. Nous pouvons prévoir l'absurdité de pareil conseil. Le malade, qui avait déjà commencé sa retraite, réagit vis-à-vis de ce conseil par une syphilophobie, par des scrupules éthiques et par la crainte d'être trompé ou d'être accusé de la paternité d'un enfant illégitime. Ses parents lui conseillèrent le mariage et parurent avoir gain de cause en l'amenant à se marier à la jeune fille qu'ils lui présentèrent. Survint une grossesse, mais la femme quitta la maison pour rentrer chez ses parents, étant donné, dit-elle, qu'elle ne pouvait supporter plus longtemps d'être critiquée de façon continuelle et humiliante.

Nous voyons déjà à quel point le malade pouvait être vaniteux à la moindre occasion qui se présentait à lui, mais aussi comment il se défilait aussitôt lorsque les circonstances lui paraissaient incertaines. Il ne se soucia pas de sa femme ni de son enfant ; il était toujours uniquement préoccupé à ne pas paraître inférieur et cette préoccupation était plus forte que sa soif de succès, qu'il désirait pourtant ardemment. Arrivé à la ligne de combat de la vie, il échoua, tomba dans un état permanent de très grande anxiété, renforça et facilita son mouvement de retraite en évoquant des fantômes angoissants.

Est-il besoin d'arguments plus puissants ? Nous voulons les établir d'une double manière. Tout d'abord en remontant jusqu'à l'époque de sa première enfance pour constater qu'il a été malencontreusement incité à adopter ce style de vie que nous avons trouvé chez lui. En second lieu en faisant état d'autres contributions parallèles tirées de sa vie. Je considérerai dans tous les cas comme la plus puissante preuve de l'exactitude d'un examen de ce genre, de mettre en évidence que les contributions ultérieures pour la caractéristique d'une personne sont en concordance complète avec ce qui déjà a été établi. S'il n'en était pas ainsi, la conception de l'examineur devrait être modifiée en conséquence.

Sa mère était, d'après le malade, une femme tendre, à qui il s'attacha beaucoup, qui le gâta considérablement, et qui avait fondé sur lui de grandes espérances. Le père était moins enclin à le gâter mais céda à toutes les occasions, lorsque le malade manifesta ses désirs en pleurant. Parmi ses frères, il préféra son frère cadet qui le portait aux nues, satisfaisait chacun de ses désirs, le suivait comme un chien et se laissait guider constamment par lui. Le malade était l'espoir de sa famille et arrivait toujours à s'imposer à ses frères et

sœurs. Donc une atmosphère extraordinairement facile et agréable qui le rendait inapte à affronter le monde extérieur.

Ceci se vit immédiatement lorsque pour la première fois il dut fréquenter l'école. Il était le plus jeune de la classe et ceci lui servit de prétexte pour manifester son aversion vis-à-vis de cette situation inférieure en changeant deux fois d'école. Puis il travailla avec un zèle extraordinaire pour surpasser tous les autres élèves. N'y ayant pas réussi, il commença la retraite, manqua l'école sous prétexte de maux de tête et de troubles digestifs ou arriva souvent en retard. Si à cette époque il ne fut pas parmi les meilleurs élèves, lui et ses parents attribuèrent cela à ses fréquentes absences, cependant que notre malade soulignait fortement le fait qu'il savait plus et qu'il avait lu plus que tous les autres élèves.

À la moindre occasion ses parents le mettaient au lit et le soignaient avec attention. Il fut toujours un enfant anxieux et il lui arriva souvent de crier pendant son sommeil pour que sa mère s'occupât de lui aussi bien la nuit que le jour.

Il est évident qu'il ne se rendait pas compte de la signification et de la corrélation de ces phénomènes. Ils étaient tous l'expression, le langage de son style de vie. Il ne réalisait pas non plus qu'il lisait tard dans la soirée au lit pour pouvoir jouir le lendemain du privilège de pouvoir se lever tard et ainsi se dispenser d'une partie de son travail journalier. En face des jeunes filles, sa timidité était encore plus forte que devant les garçons et cette attitude persista pendant toute la durée de son développement jusqu'à l'âge adulte. Il est facile de comprendre qu'il manquait de courage dans toutes les situations de la vie et qu'il ne voulait à aucun prix risquer sa vanité. L'incertitude d'être bien reçu par les jeunes filles contrastait fortement avec la certitude qu'il avait de pouvoir compter sur le dévouement de sa mère. Dans son mariage il voulut établir la même autorité dont il jouissait auprès de sa mère et de ses frères, et inévitablement échoua.

J'ai pu établir que dans les souvenirs de la première enfance peut se trouver souvent, bien dissimulé, le style de vie d'un individu. Le premier souvenir de notre malade est le suivant :

« Un frère cadet était mort et mon père était assis devant la maison et pleurait amèrement. » Nous nous souvenons comment le malade avant une conférence se réfugia chez lui et prétextait la crainte de mourir.

La manière de se comporter de chacun en face du problème de l'amitié caractérise très bien son aptitude en tant qu'être sociable. Notre malade reconnaît qu'il n'a gardé que peu de temps ses amitiés et qu'il voulait toujours dominer ses amis. On ne pourra pas appeler ceci autrement que l'exploitation

de l'amitié des autres. Lorsque j'attirai délicatement son attention sur ce fait, il me répondit : « Je ne crois pas que personne se dépense pour la société, chacun n'agit que pour soi-même. » Les faits suivants montrent comment il prépara sa retraite. Il désirait écrire des articles ou un livre. Mais lorsqu'il se mettait à écrire, il était pris d'un tel énervement qu'il ne pouvait plus penser. Il déclara ne pas pouvoir dormir, s'il n'avait pas lu avant. Mais lorsqu'il avait lu, il était pris d'une gêne dans la tête, ce qui l'empêchait de dormir. Son père mourut il y a peu de temps, à une époque où le malade se trouvait dans une autre ville. Il y avait accepté une place pour peu de temps après. Il refusa en prétextant qu'il mourrait s'il se rendait dans cette ville. Lorsqu'on lui offrit une place dans la ville, il la refusa sous le motif qu'il ne pourrait pas dormir la première nuit et qu'en conséquence le lendemain il ne réussirait pas. Il fallait donc qu'il guérisse complètement d'abord. Voici maintenant un exemple qui nous prouve que nous retrouvons dans les rêves du malade sa loi dynamique, ce « oui... mais » du névrosé. On peut trouver, grâce à la technique de la psychologie individuelle, le mécanisme d'un rêve. Il ne nous dit rien de nouveau, rien que nous n'aurions pu reconnaître aussi d'après la conduite du malade. On peut deviner d'après les moyens correctement compris et d'après le choix du contenu d'un rêve comment un rêveur guidé par sa loi dynamique se montre préoccupé de faire triompher son style de vie à l'encontre du sens commun, en éveillant artificiellement des sentiments et des émotions. Et on trouve aussi souvent des indications sur la façon dont le malade crée ses symptômes sous la contrainte de la peur en face d'une défaite. Voici un rêve du malade : « Je devais rendre visite à des amis qui vivaient de l'autre côté d'un pont; le parapet était fraîchement peint; je voulus regarder dans l'eau et m'accoudai au parapet, celui-ci appuya contre mon estomac qui commença à me faire souffrir. Je me dis : tu ne devrais pas regarder dans l'eau, tu pourrais tomber, mais je pris quand même le risque, j'avançai de nouveau jusqu'au parapet, regardai en bas et alors reculai rapidement en me disant : il vaut mieux être en sécurité. »

La visite des amis et le parapet fraîchement repeint sont des indices concernant le sentiment social et la reconstruction d'un meilleur style de vie. La peur du malade de tomber de sa hauteur, son « oui... mais » sont suffisamment clairs par eux-mêmes. Les troubles gastriques consécutifs à un sentiment de peur, ainsi que nous l'avons décrit plus haut, sont toujours constitutionnellement disponibles. Le rêve nous montre l'attitude défavorable du malade vis-à-vis des efforts du médecin et la victoire de l'ancien style de vie en se servant de l'image frappante du danger qui le menace lorsqu'il n'est pas sûr que sa retraite soit assurée.

La névrose est l'exploitation automatique de symptômes nés par un effet de choc, mais soustraits à la compréhension du malade. Cette exploitation caractérise surtout les sujets qui craignent trop pour leur prestige et qui déjà dans leur enfance, le plus souvent en tant qu'enfant gâté, ont été attirés sur cette voie de l'exploitation. Encore quelques mots sur les manifestations orga-

niques où triomphe l'imagination de quelques auteurs. L'organisme est un ensemble qui présente comme don et héritage de l'évolution la tendance à l'équilibre, qui dans des circonstances difficiles se maintient dans la mesure du possible. Au maintien de cet équilibre participent la modification du rythme cardiaque, l'amplitude de la respiration, le nombre des mouvements respiratoires, la coagulabilité du sang, la participation des glandes à sécrétion interne ; dans cet ensemble il apparaît de plus en plus évident que particulièrement les irritations psychiques ébranlent le système végétatif et le système endocrinien et qu'elles donnent lieu à une sécrétion augmentée ou modifiée. Nous pouvons aujourd'hui le mieux comprendre les modifications de la glande thyroïde par suite des effets de choc, effets qui parfois même peuvent mettre la vie de l'individu en danger. J'ai vu de tels malades. Le plus grand chercheur dans ce domaine, Zondek, s'est assuré ma collaboration pour constater quelles influences psychiques participent à ces variations. Il est d'autre part hors de doute que tous les cas de maladies de Basedow se présentent comme suite d'ébranlements psychiques. Ce sont des gens chez lesquels les ébranlements psychiques irritent la glande thyroïde.

Il faut aussi signaler les progrès des recherches sur l'irritation de la glande surrénale. On peut parler d'un complexe sympathico-surrénalien; surtout en cas de colère la sécrétion adrénalienne est augmentée. Le chercheur américain Cannon a démontré par ses recherches sur les animaux, qu'au cours des accès de colère la teneur en adrénaline augmente. Ceci amène une augmentation du rythme cardiaque et d'autres modifications, qui nous font comprendre que des céphalées, des névralgies faciales, peut-être même des attaques épileptiques, puissent être déclenchées par une cause psychique. Dans ces cas il s'agit souvent de sujets qui sont constamment la proie de soucis renouvelés. Il est évident que l'époque de la vie doit être prise en considération. Lorsqu'on a à faire à une jeune fille de 20 ans qui est nerveuse, on pourra supposer que ce sont des soucis professionnels, sinon amoureux, qui la tourmentent. Chez un homme ou une femme de 50 ans, on pourra facilement deviner que c'est le problème de la vieillesse, que le sujet croit ne pas pouvoir résoudre ou qu'effectivement il n'arrive pas à résoudre. La réalité de la vie, nous ne la ressentons jamais directement mais uniquement par la conception que nous nous en faisons ; c'est elle qui est déterminante.

La guérison ne peut se réaliser qu'en faisant appel à l'intelligence, en rendant peu à peu le malade conscient de son erreur et en développant son sentiment social.

11

Les perversions sexuelles

[Retour à la table des matières](#)

J'espère que l'exposé simplement schématique des perversions ¹² sexuelles ne décevra pas le lecteur ; d'autant mieux que la majorité de mes lecteurs s'est déjà familiarisée avec les conceptions fondamentales de la psychologie individuelle, ce qui fait que l'exposé schématique des principes pourra être considéré comme un développement détaillé de la question. Il s'agit ici surtout de démontrer l'accord de nos conceptions avec la structure des perversions sexuelles. À notre époque cette question offre un sujet très discuté, car aujourd'hui le courant qui voudrait ramener les perversions sexuelles à des

¹² Voir Dreikurs, *Seelische Impotenz*, Leipzig, et Adler, *Le problème de l'homosexualité*, trad. franç. Payot, Paris (publié à la suite de *La compensation psychique ...*).

facteurs héréditaires est particulièrement fort. Ceci est si important qu'il ne faut pas laisser échapper ce point de vue ; d'après notre conception il s'agit de produits artificiels qui se sont immiscés dans l'éducation sans que l'intéressé s'en rende compte. On voit là la grande contradiction qui nous oppose aux autres auteurs et nos difficultés ne se trouvent pas amoindries du fait que d'autres, comme par exemple Kraepelin, soulignent une conception identique.

Pour éclaircir notre position vis-à-vis des autres, je voudrais relater un cas, qui n'a rien à faire avec des perversions sexuelles, mais qui doit servir comme exemple de mon point de vue sur la conception psychologique. Il s'agit d'une femme qui est heureuse en ménage et a deux enfants. Elle vit depuis six ans en conflit avec son entourage. Il s'agit du problème suivant : Elle soutient qu'une vieille amie (quelle connaissait et admirait pour ses qualités depuis son enfance) s'est révélée depuis six ans comme une femme autoritaire, avec un penchant à créer sans arrêt des tourments aux autres. Elle-même en souffre au plus haut degré et elle apporte à l'appui de cette assertion un faisceau de preuves, qui sont niées par les autres. Elle soutient : « Il se pourrait que dans certains cas je sois allée trop loin, mais au fond j'ai raison. Il y a six ans, cette amie a fait des réflexions désobligeantes sur une autre amie qui se trouvait absente, alors qu'en sa présence elle joue toujours l'aimable. » Aussi notre malade craint-elle que son amie puisse faire sur elle des réflexions semblables. Elle apporte une autre preuve : l'amie disait : « Le chien est obéissant mais bête. » Ce disant elle jetait sur notre malade un regard qui voulait dire : « comme toi ». L'entourage de la malade était outré de l'interprétation donnée par elle de cette phrase, à laquelle il n'attribuait d'ailleurs pas d'importance, et défendait fermement l'accusée.

Vis-à-vis des autres cette femme accusée se montrait sous son meilleur jour. Pour renforcer son argument la malade disait : « Regardez comme elle traite son chien. Elle le torture et lui fait exécuter des tours d'adresse que le chien a beaucoup de mal à réaliser. » L'entourage répliquait : « Ce n'est qu'un chien et on ne peut pas le considérer de la même façon qu'un être humain; vis-à-vis des gens elle est toujours bienveillante. » Les enfants de ma malade tenaient beaucoup à cette amie et s'opposaient à la conception de leur mère ; de même le mari. La malade trouvait toujours de nouvelles preuves du caractère despotique de son amie, particulièrement agressive vis-à-vis d'elle. Je n'hésitais pas à exprimer à la malade mon impression qu'elle avait raison. Elle fut enchantée. Des événements ultérieurs plaidèrent en faveur du caractère despotique de la femme et finalement mon impression fut partagée par le mari. On vit en définitive que la pauvre femme avait certes raison, mais qu'elle faisait un mauvais usage de sa perspicacité. Au lieu de comprendre que nous avons tous une tendance plus ou moins déguisée à dénigrer les autres et qu'il faut bien pardonner quelque chose aux gens, elle devint une ennemie farouche de cette femme, trouva à critiquer tout ce qu'elle faisait et son humeur en souffrit. Elle avait un épiderme plus sensible, elle pouvait mieux

deviner ce qui se passait dans le for intérieur de son amie, sans pourtant se montrer compréhensive.

Voici ce que je veux dire par cet exemple : C'est souvent la chose la plus fâcheuse du monde que d'avoir raison. Ceci paraît surprenant à énoncer, mais chacun a pu apprendre à ses propres dépens que, le bon droit étant de son côté, il n'en était résulté rien de bon. Pensez seulement à ce qui aurait pu arriver si cette femme était tombée entre les mains de quelqu'un qui ne l'aurait pas comprise : il aurait parlé de manie de persécution, d'idées paranoïdes et l'aurait traitée de façon telle que son état se serait aggravé de plus en plus. Il est difficile de renoncer à son point de vue lorsqu'on a raison. Dans cette situation se trouvent tous les chercheurs qui sont convaincus d'avoir raison et dont les vues sont discutées. Il ne faut pas nous étonner si notre conception aussi a donné lieu à de fortes controverses. Il faut nous méfier d'avoir uniquement raison et de faire un mauvais usage de cette certitude. Ne nous laissons pas irriter par le fait que beaucoup d'auteurs contestent notre conception. En matière de science, il faut avoir une patience extraordinaire. Si aujourd'hui prédomine l'idée héréditaire en ce qui concerne les perversions sexuelles, qu'il s'agisse de conception héréditaire pure et simple, qui parle d'un troisième sexe, ou de celle prétendant que le sexe opposé nous est transmis héréditairement dès la naissance, ou de celle qui soutient que des facteurs innés se développent et qu'il n'y a donc rien à faire contre eux, ou qu'on parle de composantes héréditaires, aucun de ces facteurs ne peut nous décider à abandonner notre thèse. Il apparaît que les adeptes de la théorie organique s'en tirent particulièrement mal en ce qui concerne les recherches de modifications et d'anomalies organiques.

En ce qui concerne l'homosexualité, je voudrais mentionner une publication parue en 1932 et qui a traité au problème soulevé en 1927, lorsque Laqueur découvrit qu'on trouvait des hormones du sexe opposé dans les urines de tous les humains. Celui qui n'est pas très versé en matière de psychologie individuelle sera surpris par ce fait. Il pourrait supposer que si des perversions se développent, elles résultent d'une bisexualité naturelle. Les recherches de Bran sur neuf homosexuels ont démontré qu'on trouvait chez eux les mêmes hormones que chez les non-homosexuels. Ceci est un pas en avant dans notre sens. L'homosexualité ne dépend pas des hormones.

Je voudrais proposer un schéma d'après lequel peuvent être classées toutes les écoles psychologiques. Il existe les *psychologies de la possession* qui se préoccupent d'établir ce qu'un être humain apporte avec lui sur cette terre, ce qu'il possède, et qui de cette possession veulent déduire tout son psychisme. Du point de vue du sens commun ceci est une affaire fâcheuse. D'une façon générale on n'a pas tendance dans la vie à tirer

toutes les conclusions de la possession mais à examiner *l'usage* que chacun fait de ce qui lui appartient. Nous sommes beaucoup plus intéressés par l'usage que par la possession. Si quelqu'un possède une épée, il n'est pas dit qu'il en fera un usage approprié ; il peut la jeter, il peut frapper avec, il peut l'aiguiser, etc. C'est l'emploi qu'on en fait qui nous intéresse. Voici pourquoi je dirai : il y a d'autres directions en psychologie qu'il faudra considérer comme *psychologie d'usage*. La psychologie individuelle qui, pour comprendre un individu, observe l'attitude en face des problèmes de la vie, tient compte de l'usage. Pour des sujets qui raisonnent normalement, il est inutile que j'ajoute que personne ne peut faire un usage qui dépasse ses facultés et qu'il restera toujours dans le cadre des facultés humaines, sur la portée desquelles nous ne pouvons rien avancer de définitif. Il est regrettable, et cela témoigne de l'entrée triomphale des ignorants dans le domaine de la psychologie, qu'il faille encore énoncer une vérité de La Palice.

En ce qui concerne l'usage des aptitudes humaines il faut dire : ce fut vraiment le pas le plus important que la psychologie individuelle ait fait lorsqu'elle déclara que dans la vie psychique d'un individu la loi dynamique est le facteur décisif qui intervient pour déterminer sa personnalité. Bien qu'il fût nécessaire de laisser figer le mouvement pour le voir en tant que forme, nous avons toujours tout considéré comme étant en état de mouvement et nous avons trouvé qu'il faut que ce soit ainsi pour arriver à résoudre nos problèmes et à triompher de nos difficultés. Là on ne peut pas dire qu'il y ait contradiction avec le principe de la libido ; car même la recherche de la jouissance constitue un effort pour triompher d'un sentiment de peine ou d'insatisfaction. C'est à la lumière de cette théorie, si celle-ci est exacte, qu'il faudra considérer les perversions sexuelles. Aussi faut-il éclairer le champ où l'activité se donne libre cours ainsi que l'exige la psychologie individuelle. Je voudrais insister sur le fait que si de cette façon nous arrivons à des formules, à des conceptions fondamentales de la structure des perversions, nous avons encore beaucoup à faire pour comprendre chaque cas individuel. Chaque cas d'espèce représente quelque chose d'original, quelque chose qui ne se répète jamais. Si par exemple nous nous mettons à traiter un cas, les locutions courantes sont à rejeter. Il résulte de la conception de la psychologie d'usage qui est la nôtre, que l'individu isolé de son ambiance sociale normale ne peut rien nous révéler de ce qui lui est particulier. Nous ne pouvons avancer quelque chose sur sa particularité, que lorsque nous le soumettons à une épreuve et que nous observons l'usage qu'il fait de ses facultés. Dans ce sens la psychologie individuelle se rapproche de la psychologie expérimentale, qui, elle, est beaucoup plus restreinte, puisque dans notre cas c'est la vie elle-même qui crée les expériences. Les facteurs exogènes qui jouent un rôle dans chaque cas individuel que nous avons à étudier, sont pour notre conception de la plus grande importance. Nous devons nous habituer à comprendre quel rapport caractérise justement cet individu unique en face du problème qu'il affronte. Nous devons considérer les deux côtés et apprendre de quelle manière cet individu se

conduit vis-à-vis du problème extérieur. Nous cherchons comment il essaye de venir à bout de son problème. L'allure, la loi dynamique de l'individu en face d'un problème toujours social, est le champ d'observation de la psychologie individuelle. Nous nous trouvons ici en face d'innombrables variantes et nuances. On ne peut se reconnaître dans cette extraordinaire diversité que si provisoirement on accepte le typique avec la conscience nette que ce que nous acceptons comme typique montrera toujours des variantes, qu'il faudra ultérieurement spécifier. La compréhension de ce qui est typique ne fait qu'éclaircir le champ des recherches et à ce moment commence le pénible travail de faire ressortir l'individuel. Il faut pour cela un épiderme sensible, que l'on peut acquérir. En outre il faut bien comprendre la difficulté subjective ressentie par l'individu et la force du problème présent dans chaque cas, ce qui ne peut réussir que si l'on possède suffisamment d'expérience sociale et une aptitude d'identification très poussée du style de vie de l'individu, style correctement interprété dans l'ensemble de son individualité. Dans cette loi dynamique que nous apercevons, nous pouvons distinguer quatre formes typiques que j'ai décrites dans mes deux derniers travaux de la *Zeitschrift für Individualpsychologie* (voir Adler, *X. Jahrgang der Zeitschrift für Individualpsychologie*, Verlag Hirzel, Leipzig).

Mises à part d'autres formes dynamiques en face des problèmes de la vie amoureuse, nous trouvons dans les perversions sexuelles d'une façon frappante le « front d'attaque rétréci ». Il apparaît avec évidence que ce front d'attaque ne dispose pas d'une étendue normale, qu'il est réduit d'une façon extraordinaire, que seule une partie du problème sera résolue, comme par exemple en cas de fétichisme. Il est important également de comprendre que toutes ces formes dynamiques ont pour but de compenser par une voie anormale des sentiments d'infériorité. Si nous considérons le dynamisme en lui donnant le sens d'usage qu'un sujet fait de ses aptitudes, dynamisme vers lequel il est orienté par sa conception de la vie, par le sens qu'il attribue à la vie sans bien s'en rendre compte, sans l'avoir formulé par des mots ou des concepts, si donc nous partons de ce point de vue, nous pouvons deviner quel but de supériorité il doit poursuivre, quelle satisfaction aussi il poursuit, satisfaction qui lui apparaît comme un triomphe, alors même qu'il montre son impuissance à se consacrer entièrement à la solution du problème de l'amour, qu'il se maintient à une certaine distance ou qu'il hésite à l'aborder en gaspillant son temps. On pourrait à cette occasion se référer à l'exemple de Fabius Maximus Cunctator qui gagna une bataille parce qu'il avait hésité longtemps. Cela ne fait que montrer une fois de plus qu'il ne faut pas se tenir une règle d'une façon rigide. Ce but de la supériorité se manifeste aussi dans les névroses sexuelles (frigidité, éjaculation précoce, etc.). Le problème est abordé mais seulement de loin, effleuré, d'une façon hésitante, qui exclut la coopération, ce qui n'amène pas la solution du problème. Dans cette forme dynamique, nous trouvons aussi la tendance à l'exclusion, qui perçoit au plus haut degré dans l'homosexualité pure. Elle se manifeste aussi dans d'autres formes

comme dans le fétichisme et le sadisme. Dans ce dernier cas nous nous trouvons devant une forte agressivité, qui ne mène pas à la solution du problème, et nous pouvons observer une forme particulière d'hésitation, d'exclusion, dans laquelle une excitation sexuelle violente aboutit à l'oppression du partenaire, un assaut impétueux, qui donne lieu à une solution défectueuse, c'est-à-dire unilatérale du problème. Il en est de même du masochisme où le but de la supériorité doit être compris de deux façons. Il est clair que le masochiste impose ses ordres à son partenaire et que malgré son sentiment de faiblesse il se considère comme maître du partenaire. En même temps il exclut la possibilité de défaite sur son « front d'attaque » normal. C'est par ce subterfuge qu'il arrive à la compensation de sa *tension anxieuse*.

Si nous considérons la position individuelle du sujet, nous trouvons le fait suivant : si quelqu'un adopte une ligne dynamique définie, il est évident qu'il exclut les autres formes de solution du problème. Cette exclusion n'est pas purement arbitraire, elle est le résultat d'un entraînement au même titre que le mécanisme dynamique qui lui a donné lieu. Il n'y a pas de perversions sexuelles sans entraînement, mais cela ne peut être aperçu que par celui qui observe le mouvement. Il faudra encore mettre en évidence un deuxième point de vue. Le mécanisme dynamique normal serait celui qui s'attaque à un problème pour le résoudre dans sa totalité. Or nous ne trouvons pas du tout de préparation à cela lorsque nous observons le mouvement antérieur de l'individu pervers. Lorsque nous remontons à la première enfance de l'individu, nous trouvons qu'à cette époque, sous le stimulus d'influences extérieures, a été créé un prototype, à partir d'aptitudes et de possibilités innées. Mais nous ne pouvons pas savoir d'avance ce que l'enfant fera de toutes ces influences et de toutes les impressions recueillies par ses organes (voir Holub, *Die Lehre von der Organminderwertigkeit*, Hirzel, Leipzig). Ici l'enfant travaille dans le domaine de la liberté avec sa propre force créatrice. On trouve des probabilités en grande abondance, je me suis toujours efforcé de les souligner et en même temps de lier leur causalité. Il n'est pas vrai qu'un enfant né avec une faiblesse du système endocrinien, doive nécessairement devenir un névrosé, mais il existe une certaine probabilité que d'une façon générale certaines expériences de la vie se manifesteront dans une direction semblable, si des influences éducatives appropriées ne se manifestent pas en faveur d'un contact affectif avec la société. Les influences du milieu ne sont pas plus de nature à nous permettre de prédire ce que l'enfant en fera. Il existe là d'innombrables possibilités dans le domaine du libre-choix et de l'erreur. Chacun se donne une formation quelque peu erronée, étant donné que personne n'est en possession de la vérité absolue. Il est évident que pour devenir un sujet approximativement normal, le prototype doit être pourvu d'une certaine inclination à la collaboration. Tout le développement d'un sujet dépend de sa faculté plus ou moins grande de prendre contact avec les autres dans ses troisième, quatrième, cinquième années. À cette époque déjà se révèle le degré de son aptitude à se joindre aux autres. Si on examine les échecs en tenant compte de cette

considération, on verra que toutes les formes dynamiques erronées peuvent s'expliquer par une insuffisance de cette aptitude. Plus encore : étant donné sa particularité, l'intéressé est obligé de *protester* contre toute autre forme dynamique à laquelle il n'est pas préparé. Nous devons nous montrer tolérant dans le jugement de ces gens, étant donné qu'ils n'ont pas appris à développer en eux un degré suffisant d'intérêt social. Celui qui a compris ce fait comprendra aussi que le problème de l'amour est un problème social, qui ne pourra pas être résolu par celui qui montre peu d'intérêt pour son partenaire, et qui ne porte pas en lui le sentiment qu'il participe à l'évolution de l'humanité. Il présentera une forme dynamique autre que celle d'un sujet convenablement préparé à la solution du problème de l'amour. Aussi pouvons-nous constater chez tous les pervers qu'ils ne sont pas devenus des partenaires dans le sens social du mot.

Nous pouvons aussi trouver les sources d'erreur qui nous font comprendre pourquoi l'enfant d'une façon préjudiciable s'est maintenu dans son manque d'aptitude sociale. Le phénomène de la vie sociale qui donne lieu au plus haut degré à cette insuffisance est le fait de *trop gâter les enfants*. Les enfants gâtés ne trouvent de contact qu'avec les personnes qui les gâtent et ils sont par conséquent obligés d'exclure toutes les autres personnes. À chaque cas particulier de perversion correspondent encore d'autres influences qu'il faudra noter. On peut dire : sous le poids de tel ou tel événement, l'enfant a ici façonné sa loi dynamique de telle manière qu'il a réalisé la question de ses relations avec le sexe opposé de cette façon particulière. Chez tous les pervers la loi dynamique apparaît non seulement en face du problème de l'amour, mais en face de toutes les épreuves pour lesquelles ils ne sont pas préparés. Voilà pourquoi nous trouvons chez les pervers sexuels tous les traits de caractère de la névrose, à savoir l'hypersensibilité, l'impatience, la tendance aux crises affectives, l'avidité, comme aussi tous les pervers se justifient en disant qu'ils agissent comme par contrainte. C'est un certain besoin ardent de possession qui les conduit à la réalisation du plan qui leur est imposé par leur particularité, ce qui explique qu'on peut trouver une protestation si violente contre toute autre forme et que parfois le partenaire est exposé à certains dangers (sadisme et meurtre sadique).

Je voudrais démontrer comment on peut déceler l'entraînement à une certaine forme de perversion sexuelle et cette observation nous montrera que certaines perversions peuvent être créées par un tel entraînement. Il ne faut pas chercher l'entraînement seulement dans le domaine matériel, il faut comprendre que cet entraînement peut aussi être réalisé par les idées et par les rêves. C'est là un puissant argument de la psychologie individuelle, parce que beaucoup d'auteurs croient qu'un rêve pervers est une preuve de l'homosexualité innée. Alors que nous avons pu établir, d'après notre conception des mécanismes du rêve, que ce rêve homosexuel fait partie de l'entraînement, tout comme il contribue aussi à développer l'intérêt pour le même sexe et à

exclure l'intérêt pour le sexe opposé. Je voudrais démontrer cet entraînement à l'aide d'un cas observé à un âge où il ne peut pas encore être question de perversion sexuelle. Je présente deux rêves pour montrer qu'on peut aussi trouver dans les rêves la loi dynamique. Lorsqu'on connaît suffisamment la psychologie individuelle, on n'hésitera pas à chercher toute la forme vitale dans chaque petit fragment de la vie. Mais nous devons trouver toute l'infrastructure de la forme vitale dans le contenu du rêve et pas seulement dans les idées du rêve, qui pourtant sont particulièrement explicites si elles sont bien comprises et correctement reliées au style de vie. Celles-ci nous aident à comprendre l'attitude de l'individu en face du problème qui se présente, attitude qui lui est imposée par son style de vie rigide. Je ferai remarquer que nous procédons ici à un vrai travail de détective. Nous ne disposons pas de tout le matériel qui nous serait nécessaire pour notre problème, et nous devons exercer au maximum notre sagacité, notre faculté de divination pour arriver à établir l'unité de l'individu.

Premier rêve : « Je me transporte dans le temps de la guerre future. Tous les hommes, même tous les garçons au-dessus de dix ans, sont mobilisés... ».

Cette première phrase permet au psychologue individuel de conclure qu'il s'agit d'un enfant dont l'attention est concentrée sur les dangers de la vie, sur la brutalité des autres.

«... Il arrive qu'un soir en me réveillant je constate que je me trouve dans un lit d'hôpital; à côté du lit sont assis mes parents ».

À ce choix de représentation des choses on reconnaît l'enfant gâté.

« Je leur demande ce qui se passe. Ils répondent que c'est la guerre. Ils voudraient que la guerre ne me menace pas et dans ce but ils m'ont fait opérer pour que je devienne une fille. »

D'après cela on peut voir à quel point les parents étaient préoccupés à son sujet. Cela signifie : lorsque je suis en danger, je m'accroche à mes parents. Ceci est la forme d'expression enfant gâté. Nous n'avancerons dans nos interprétations que dans la mesure où nous pouvons le faire sans restriction. Nous avons le devoir d'être aussi sceptique que possible dans notre travail. Ici apparaît le problème du changement des sexes. Sans tenir compte d'expériences scientifiques qui sont encore douteuses, il faut dire que la transformation d'un garçon en fille correspond à une conception de profane. Dans ce rêve nous découvrons une certaine incertitude en face de la vie sexuelle, qui nous montre que le rêveur n'est pas tout à fait sûr de la conviction de son rôle sexuel. Beaucoup seront surpris lorsqu'ils apprendront qu'il s'agit d'un garçon de douze ans. Nous pourrons constater comment il est arrivé à cette concep-

tion. La vie lui paraît inacceptable lorsqu'elle pose des problèmes comme celui de la guerre; il proteste contre cela.

« Les filles ne vont pas à la guerre. Si je devais être mobilisé je ne risquerais pas de perdre mon sexe par un projectile, étant donné que je n'en ai pas comme les autres garçons. »

Pendant la guerre on pourrait perdre son sexe. Un argument peu convaincant en faveur de la castration et encore moins pour donner à son sentiment social l'expression d'une opposition à la guerre.

« Je rentrai chez moi, mais comme par miracle la guerre était finie. »

Donc l'opération était superflue. Que fera-t-il maintenant?

« Peut-être n'est-il pas nécessaire que je me conduise comme une jeune fille, peut-être n'y aura-t-il pas de guerre. »

Comme on le voit, il ne renonce pas complètement à son rôle de garçon. Il faut retenir ceci dans sa loi dynamique. Il essaye d'avancer un petit bout de chemin sur la voie masculine.

« À la maison je devins très triste et je pleurai beaucoup. »

Les enfants qui pleurent beaucoup sont des enfants gâtés.

« Lorsque mes parents me demandaient pourquoi je pleurais, je disais : j'ai peur de souffrir plus tard des douleurs de l'accouchement, étant donné que j'appartiens au sexe féminin. »

Ainsi le rôle féminin ne lui convient pas non plus. Nous étions sur le bon chemin lorsque nous supposions que le but de ce jeune homme était d'éviter toute situation pénible. J'ai trouvé en ce qui concerne les pervers sexuels que ce sont des enfants gâtés souvent maintenus dans l'incertitude de leur sexe, et qui présentent, outre celui de s'affirmer, un grand désir de réussite immédiate et de supériorité personnelle. Dans ces conditions, il peut arriver que l'enfant ne sache pas s'il est garçon ou fille. Que doit-il faire ? Il n'y a d'espoir pour lui ni en tant que fille, ni en tant que garçon.

« Le jour suivant je me rends à notre réunion car j'appartiens en réalité à une organisation de scoutisme. »

Nous pouvons déjà nous représenter comment il s'y conduira.

« Je rêvais que dans notre organisation il y avait une seule jeune fille, elle était séparée des garçons. »

Recherche de la séparation des sexes.

« Les garçons m'appelaient vers eux. Je disais que j'étais une fille et je m'approchais de l'unique fille. Ceci nie paraissait si étrange de ne plus être un garçon et je réfléchissais comment je devais me conduire en tant que fille. »

Soudain se pose la question : *Comment devrais-je me conduire en tant que fille ?*

Ceci est l'entraînement. Seul celui qui a observé l'entraînement dans toutes les perversions sexuelles, comment il est produit de force par l'exclusion de la norme, pourra comprendre que les perversions sexuelles sont un produit artificiel que chacun crée lui-même, auquel chacun est incité par sa constitution psychique, qu'il s'est donnée lui-même, occasionnellement entraîné par sa constitution physique héréditaire qui lui facilite le changement d'orientation.

« Pendant que je réfléchissais je fus dérangé par un bruit . je me réveillai et me rendis compte que je m'étais tapé la tête contre le mur. »

Le rêveur a souvent l'attitude qui correspond à sa loi dynamique (voir Adler «Schlafstellungen », in *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*). Se taper la tête contre le mur est une expression courante, son comportement nous la rappelle.

« Le rêve m'a laissé une telle impression... ».

L'intention du rêve est de laisser une impression.

«... qu'à l'école encore j'hésitais pour savoir si j'étais garçon ou fille. Pendant la récréation je dus aller au water pour regarder si je n'étais pas après tout une fille. »

Deuxième rêve :

« Je rêvais que je rencontrais l'unique fille de notre classe, la même fille dont j'ai rêvé avant. Elle voulait se promener avec moi. Je lui répondis : je me promène uniquement avec des garçons. Elle dit : moi aussi je suis un garçon. Comme ceci ne me paraissait pas vrai, je demandai qu'elle me le prouve.

Alors elle me montra qu'elle avait un sexe comme les garçons. Je lui demandai comment ceci était possible. Elle me raconta qu'elle avait été opé-

rée. Comme il était plus facile pour un garçon d'être transformé en fille, l'inverse étant plus difficile, puisqu'il faut ajouter quelque chose, elle s'était cousu un sexe masculin en caoutchouc. C'est là que notre discussion fut interrompue par un sonore « debout ». Mes parents venaient de me réveiller. Je ne pus que difficilement obtenir l'autorisation de rester cinq minutes au lit, mais comme je ne suis pas sorcier, je ne pus faire revenir le rêve. »

On trouvera chez un certain type d'enfant gâté de l'intérêt pour les tours de prestidigitation ; la prestidigitation leur paraît d'une importance primordiale, ils veulent tout obtenir sans travail et sans effort et la télépathie les préoccupe beaucoup.

Maintenant, nous allons entendre comment ce garçon essaye de s'expliquer ce rêve :

« J'ai lu dans des récits de guerre que des parties génitales volaient en l'air, j'ai entendu dire que celui qui perd son sexe, en meurt. »

On voit l'importance que ce garçon attribue aux organes génitaux.

« Sur la manchette d'un journal, j'ai lu : deux employées de maison transformées en soldats en deux heures. »

Il s'agissait probablement d'une malformation des organes génitaux qui jusque-là était restée méconnue.

Pour finir, je voudrais émettre une idée qui place toutes les discussions concernant ce sujet sur une base plus simple. Il existe des hermaphrodites véritables chez lesquels il est effectivement difficile de discerner s'il s'agit d'une fille ou d'un garçon. Libre à eux de faire de leur hermaphroditisme l'usage qui leur convient. Chez les pseudo-hermaphrodites, nous trouvons des malformations qui simulent une ressemblance avec le sexe opposé. Il est un fait que chaque homme porte en lui des traces du sexe opposé, comme aussi l'hormone sexuelle du sexe opposé se retrouve dans ses urines. Alors on arrive à l'idée qui paraît osée, que chaque être humain cache en lui un autre être identique. Il existe les formes les plus variées de l'indication de cette gémellité et le problème de la simultanéité de deux formes sexuelles dans l'être humain trouvera à l'avenir sa solution en même temps que le problème de la gémellité. Nous savons que chaque être humain est issu de produits masculin et féminin. Il n'est pas exclu que nous tombions, au moment des recherches sur les jumeaux, sur des problèmes qui nous permettront une meilleure compréhension du problème de l'hermaphroditisme, qui est ébauché dans chaque être humain.

En ce qui concerne le traitement : on entend toujours dire qu'une perversion est incurable. La guérison n'est pas impossible, mais elle est difficile. La difficulté de la guérison s'explique par le fait qu'il s'agit d'êtres humains qui, durant toute leur vie, se sont entraînés dans le sens de la perversion, étant donné qu'ils ont une loi dynamique étreiquée qui leur prescrit cette conduite. Ils sont obligés de suivre cette direction parce que depuis leur première enfance ils n'ont pas trouvé le contact qui leur permette de faire un usage juste de leur corps et de leur âme. Un usage juste n'est possible qu'à la condition d'avoir un sentiment social développé, constatation qui laisse paraître comme vraisemblable la guérison *d'un grand nombre* de pervers.

12

Les premiers souvenirs d'enfance

[Retour à la table des matières](#)

Si peu qu'on sache de l'unité du « Moi », ce peu s'impose à nous. On peut décomposer l'ensemble de la vie psychique selon des points de vue différents et plus ou moins dépourvus de valeur, on peut comparer ou opposer l'une à l'autre trois ou quatre conceptions spatiales différentes avec l'intention d'expliquer le « moi » indivisible dans sa continuité, on peut essayer de l'interpréter à partir du conscient, de l'inconscient, de la sexualité, du monde extérieur - finalement force nous sera de le replacer dans son efficacité universelle, dans son unité aussi indissociable que le cavalier faisant corps avec son cheval. Toujours est-il qu'on ne peut plus méconnaître le progrès que la psychologie individuelle a apporté. La conception du « moi » s'est imposée à la psychologie moderne et que l'on croie ou non l'avoir délogé de l'inconscient ou du

« soi », le « soi » se conduit finalement, d'une manière polie ou impolie, comme un « moi ». Même le soi-disant conscient ou ce qu'on appelle le « moi » est plein « d'inconscient » ou, comme je l'ai montré, d'incompris. Il présente toujours un certain degré de sentiment social ; et ces notions sont de plus en plus admises par la psychanalyse, qui les a incorporées dans son système artificiel.

Il est compréhensible que très vite dans mes tentatives pour éclairer le problème de l'unité inébranlable de la vie psychique, j'ai dû tenir compte de la fonction et de la structure de la mémoire. J'ai pu confirmer, ce qu'avaient déjà observé d'anciens auteurs, qu'on ne doit pas du tout considérer la mémoire comme un lieu de rassemblement d'impressions et de sensations, que les impressions ne se présentent pas en tant que « Mnemes », mais que dans cette fonction nous avons à faire avec une force partielle de la vie psychique unitaire, c'est-à-dire du « moi », dont le rôle, tout comme celui de la perception, est d'adapter des impressions au style de vie tout prêt et de les utiliser conformément à celui-ci. On pourrait dire, en employant une expression de cannibale : le travail de la mémoire consiste à dévorer des impressions et à les digérer. Il ne faudrait évidemment pas se baser sur cette expression imagée pour conclure à une tendance sadique de la mémoire. Quoi qu'il en soit, le processus de digestion est fonction du style de vie. Ce qui n'est pas à son goût sera rejeté, oublié ou retenu pour servir d'exemple et d'avertissement. C'est le style de vie qui décide. Si celui-ci a choisi de se prémunir, il utilisera dans ce but les impressions indigestes ; les traits de caractère de la prudence que cela rappelle sont reliés à cet ordre d'idées. Certaines impressions seront digérées à moitié, au quart, au millième. Mais le processus de digestion peut aussi se dérouler dans un sens qui consiste à digérer uniquement les sentiments ou attitudes qui se dégagent des impressions recueillies, celles-ci mélangées à l'occasion à des souvenirs de paroles ou de concepts complets ou fragmentaires. Supposons que j'oublie le nom d'une personne bien connue de moi ; ce ne sera pas forcément celui d'une personne qui m'est antipathique ou qui me rappelle des souvenirs désagréables ; il se peut aussi, en ce qui concerne son nom ou sa personnalité, que ceux-ci se trouvent exclus, momentanément ou définitivement, de l'intérêt que mon style de vie aurait pu leur accorder. Pourtant je suis souvent au courant de tout ce qui me semble présenter de l'intérêt chez cette personne. Je me la représente, je peux la situer, je peux donner des renseignements sur elle et justement parce que je ne me souviens pas de son nom, elle se trouve entièrement dans le champ de ma conscience. Ce qui veut dire : ma mémoire peut, suivant le cas envisagé, faire disparaître des fragments de l'impression entière ou la totalité de cette impression. C'est une faculté artistique qui correspond au style de vie de l'individu. Il y a donc, inclus dans l'impression prise dans sa totalité, beaucoup plus que l'événement exprimé en paroles qui lui a donné naissance. L'aperception individuelle fournit à la mémoire la perception des faits conformément à la particularité de l'individu, lequel s'empare de l'impression ainsi formée et la dote de senti-

ments et d'attitudes. Ces deux derniers obéissent à leur tour à la loi dynamique de l'individu. Dans ce processus de digestion, il persiste ce que nous entendons exprimer par mémoire, peu nous importe qu'elle s'exprime par des mots, des sentiments ou une certaine conception du monde environnant. Ce processus embrasse à peu près ce que nous comprenons sous le terme de fonction de la mémoire. En conséquence il n'existe pas, en fait d'impressions, de reproduction idéale objective, indépendante du caractère distinctif de l'individu. Il faut donc nous attendre à trouver autant de formes de mémoire que nous connaissons de formes de style de vie.

Un des exemples les plus fréquents d'une mémoire conforme à un genre de vie bien défini va illustrer ce fait.

Un homme se plaint avec amertume que sa femme oublie « tout ». Un médecin pourrait penser d'abord à une maladie organique du cerveau. Ceci n'étant pas le cas chez notre sujet, je commençai à approfondir le style de vie de la malade en laissant momentanément les symptômes de côté - procédé indispensable, que beaucoup de psychothérapeutes n'admettent pas. Elle s'avéra être une personne calme, aimable, compréhensive, qui avait été amenée à se marier à un homme despotique, à la suite de difficultés avec ses parents. Après leur mariage son époux lui faisait souvent sentir qu'elle était sous sa dépendance matérielle et aussi qu'elle était d'une humble origine. La plupart du temps elle supporta ses critiques et ses reproches sans répondre. Ils en arrivèrent bientôt à envisager de part et d'autre le divorce. La possibilité de dominer entièrement sa femme retient le mari autoritaire de prendre cette décision extrême.

C'était l'enfant unique de parents aimables et affectueux qui ne trouvaient jamais rien à reprocher à leur fille, et ne voyaient pas de mal au fait que depuis l'enfance elle préférait dans ses jeux et dans ses occupations se passer de la compagnie d'autres enfants, et ceci d'autant moins qu'ils trouvaient que la jeune fille se conduisait d'une façon parfaite lorsqu'elle était en société avec ses amies. Mais aussi bien dans le mariage, elle prit soin de ne pas se laisser trop priver de sa solitude, de ses heures de lecture, de son loisir, comme elle disait, ni par son mari, ni par la société ; alors que son mari aurait préféré avoir plus d'occasions de démontrer sa supériorité vis-à-vis d'elle. Par ailleurs elle faisait preuve d'un zèle forcé pour remplir ses fonctions de femme d'intérieur. Sauf le fait remarquable qu'elle oubliait très fréquemment d'accomplir les instructions que lui donnait son mari.

Il résulta de ses souvenirs d'enfance qu'elle ressentait toujours une grande joie de pouvoir remplir seule ses obligations.

Celui qui est instruit à l'école de la psychologie individuelle verra du premier coup que le modèle de vie adopté par cette malade la rend tout à fait

apte à l'accomplissement des devoirs qu'elle peut remplir seule, mais non à celui de devoirs réciproques, comme l'imposent l'amour et le mariage. Son mari, étant donné sa propre particularité, se montrait incapable de lui inculquer cette aptitude. Le but idéal de perfection pour cette femme était orienté vers le travail solitaire. Là elle se conduisait de façon parfaite et, considérant son comportement uniquement de ce côté-là, il était impossible de lui reprocher la moindre faute. Mais pour l'amour et pour le mariage, elle n'était pas préparée. Là sa collaboration faisait défaut. Nous pouvons aussi, pour ne souligner qu'un détail, deviner la forme de sa sexualité : frigidité. Maintenant nous pouvons nous attaquer à l'examen du symptôme qu'à juste titre nous avons laissé de côté jusqu'à présent. Nous le comprenons déjà. Son manque de mémoire était, sous une forme peu agressive, sa façon de protester contre la collaboration imposée pour laquelle elle n'était pas préparée et qui, en plus, se trouvait en dehors de son but idéal de perfection.

Ce n'est peut-être pas à la portée de tout le monde de reconnaître et de comprendre, d'après de brèves observations de ce genre, le travail compliqué de construction d'un individu. Mais l'enseignement que Freud et ses élèves, qui tous ont besoin d'être psychanalysés, essayent de tirer de la psychologie individuelle, est plus que critiquable et se condamne de lui-même, lorsqu'il déduit de notre exposé que la malade ne voulait « que » se faire remarquer et attirer davantage l'intérêt des autres sur elle.

Accessoirement, on pose souvent la question de savoir si un cas donné doit être considéré comme étant facile ou difficile à corriger ? D'après notre conception, la décision dépend entièrement du degré de sentiment social existant. Dans le cas présent il est facile de comprendre que l'erreur de cette femme, sa préparation insuffisante pour la vie et le travail en commun, est assez facile à corriger étant donné qu'elle avait pour ainsi dire uniquement, par oubli, négligé cette clef de voûte de l'éducation. Une fois sortie de son cercle vicieux (Künkel l'appelle, dans l'intention de me narguer : cercle diabolique ; Freud : cercle magique), lorsqu'elle fut convaincue de son erreur à l'aide de conversations amicales avec son médecin et grâce à une éducation simultanée du mari par le médecin, son manque de mémoire disparut, étant donné que sa raison d'être lui était enlevée.

Nous sommes maintenant à même de comprendre que chaque souvenir, dans la mesure où un événement touche l'individu et où il n'est pas repoussé sur-le-champ, représente le résultat de la transformation d'une impression par le style de vie, par le « moi ». Ceci est valable non seulement pour des souvenirs plus ou moins fixés, mais aussi pour des souvenirs fragmentaires et difficiles à évoquer, et même pour ceux dont l'expression verbale a disparu et qui persistent seulement sous forme de nuance affective ou d'état d'âme. Nous arrivons ainsi à un enseignement relativement important qui nous apprend que pour saisir le processus psychique dans son dynamisme orienté vers un but

idéal de perfection, il faut distinguer clairement dans le champ du souvenir ce qui est dû à des idées, à des sentiments et à des attitudes. Comme nous le savons déjà, le « moi » ne s'exprime pas seulement par le verbe, mais aussi par ses sentiments et par son attitude. Et la notion acquise de l'unité du « moi » doit à la psychologie individuelle la constatation que les organes avaient leur langage à eux. Nous maintenons le contact avec le monde extérieur par toutes les fibres de notre corps et de notre âme. Ce qui nous intéresse dans un cas donné, c'est la façon de s'y prendre pour maintenir ce contact, surtout lorsque celle-ci est imparfaite. Et par cette voie je suis arrivé à la conviction que c'était un problème plein d'attrait et d'importance que de rechercher et d'utiliser les souvenirs d'un sujet sous quelque forme qu'ils se présentent, pour les interpréter comme des éléments significatifs de son style de vie. Je m'intéressai surtout aux souvenirs considérés comme les plus anciens, pour cette raison qu'ils éclaircissent des événements, réels ou imaginaires, exactement évoqués ou dénaturés, qui touchent le plus près à l'élaboration créative du style de vie dans les premières années de l'enfant, et parce qu'ils révèlent dans une grande mesure l'utilisation de ces événements par le style de vie. À cette occasion il nous incombe moins d'étudier le contenu que chacun peut comprendre facilement, que de mesurer la nuance affective approximative et l'attitude qui en résultait, ainsi que le façonnage et le choix du matériel. Ce dernier surtout, parce qu'il nous aide à découvrir l'intérêt principal de l'individu, élément important du style de vie. Sur ce point la question capitale de la psychologie individuelle nous apporte une aide considérable : où veut en arriver cet individu? quelle idée se fait-il de lui-même et de la vie? dans ces considérations nous sommes incontestablement guidés par les lois inflexibles de la psychologie individuelle concernant le but de la perfection, le sentiment d'infériorité, dont la connaissance (malheureusement pas la compréhension, comme le reconnaît Freud) est aujourd'hui répandue dans le monde entier, le complexe d'infériorité ou de supériorité, le sentiment social et tout ce qui est susceptible d'entraver son développement. Mais toutes ces conceptions étroitement liées ne nous servent qu'à éclaircir un champ visuel, dans lequel il nous reste à découvrir la loi dynamique individuelle propre à la personne dont il est question. Au moment d'aborder ce travail un doute surgit, et la question se pose pour nous de savoir si nous n'allons pas être induit en erreur dans l'interprétation des souvenirs et de leurs rapports avec le style de vie par la multitude des formes d'expressions individuelles. Il est certain que ces nuances ne se refuseront pas à celui qui pratique la psychologie individuelle avec un véritable sens artistique. Mais aussi s'efforcera-t-il d'éliminer toutes les sortes d'erreurs possibles, ce qui est très réalisable. S'il a découvert dans le souvenir de l'individu sa véritable loi dynamique, il doit retrouver cette même loi dynamique dans toutes les autres formes d'expression. Lorsqu'il s'agit de traiter les échecs de toutes sortes, il devra accumuler autant de preuves qu'il faudra pour que le malade soit aussi convaincu de leur exactitude par le poids de l'évidence. Le médecin lui-même le sera plus ou moins vite suivant sa particularité. Mais il n'y a d'autre mesure

pour évaluer les erreurs, les symptômes ou la conduite erronée dans la vie d'un individu, que la mesure suffisante d'un sentiment social juste.

En usant de la plus grande prudence et à condition de posséder l'expérience requise, nous sommes maintenant en mesure de déduire, le plus souvent à partir des premiers souvenirs, la direction erronée imprimée au style de vie, la présence ou l'absence de sentiment social. Ici nous sommes guidés avant tout par ce que nous connaissons du manque de sentiment social, de ses causes et de ses conséquences. Ceci est surtout frappant dans les descriptions faites d'une situation individuelle ou d'une situation par rapport à d'autres. On apprend aussi beaucoup d'après la façon dont il est fait allusion à la mère. Les souvenirs axés sur les dangers et les accidents, de même que sur les châtiements et les punitions, dénotent une tendance excessive à fixer principalement l'attention sur les éléments hostiles de la vie. Le souvenir de la naissance d'un autre enfant révèle la situation d'un enfant dépossédé de sa suprématie, celui de la première apparition au jardin d'enfants ou à l'école, la forte impression provoquée par des situations nouvelles. Le souvenir d'une maladie ou d'une mort est souvent lié à la peur de dangers de cette sorte et fait parfois que le sujet cherche à devenir mieux armé pour pouvoir les affronter, en tant que médecin ou infirmière. Des souvenirs concernant un séjour à la campagne avec la mère, ainsi que le fait de mentionner avec bienveillance certaines personnes telle que la mère, le père, les grands-parents, montrent non seulement la préférence du sujet pour ces personnes, préférence due vraisemblablement au fait qu'ils le gâtaient, mais aussi l'exclusion de toute autre personne. Des souvenirs de méfaits commis, de vols, de délits sexuels, indiquent une tendance marquée à les exclure à l'avenir de la vie du sujet. Il arrive qu'on découvre d'autres tendances, tendances visuelles, acoustiques ou motrices, grâce auxquelles on est conduit à déceler des échecs scolaires, le mauvais choix d'une profession, et à l'occasion à suggérer une orientation vers une profession qui correspond mieux à la façon dont le sujet est préparé à la vie.

Quelques exemples aideront à montrer le rapport entre les premiers souvenirs et le style de vie permanent du sujet.

Un sujet âgé d'environ 32 ans, fils aîné et gâté d'une veuve, se montre inapte à toute profession, étant donné que dès le début du travail il présente de graves symptômes d'angoisse, symptômes qui s'améliorent dès qu'il rentre chez lui. C'est un homme bienveillant, mais qui se sent mal à l'aise dans les rencontres avec les autres. À l'école il se montrait toujours très énervé avant chaque examen et il manquait souvent l'école sous prétexte de fatigue ou d'épuisement. La mère s'occupait de lui de la manière la plus aimante; on peut déjà en déduire son but vers un idéal de supériorité, à savoir : éviter dans la mesure du possible tous les problèmes de la vie, et par là aussi tout échec. Auprès de sa mère il n'avait rien à craindre de cela. En persistant à se placer sous la protection de la mère, il prit un caractère infantile, sans qu'on puisse le

classer comme infantile organique. Ces mécanismes de retraite vers la mère, auxquels il était entraîné depuis la première enfance, se renforcèrent considérablement à la suite d'un refus de la part de la première jeune fille pour laquelle il éprouva un sentiment amoureux. Le choc qu'il subit à l'occasion de cet événement « exogène » renforça son désir de retraite, au point de ne plus trouver de repos ailleurs que chez sa mère. Voici son premier souvenir d'enfance. « Lorsque j'avais quatre ans, j'étais assis près de la fenêtre, pendant que ma mère réparait des bas, et j'observais les ouvriers qui construisaient une maison en face. »

On dira : sans importance. Pas du tout. *Le choix de son premier souvenir* - qu'il s'agisse vraiment ou non du premier souvenir importe peu - nous prouve qu'il a dû y être conduit par quelque intérêt. Le travail actif de sa mémoire, guidé par le style de vie, choisit un événement qui trahit fortement sa particularité. L'enfant gâté se reconnaît au fait que son souvenir fait appel à un incident au cours duquel la mère pleine de sollicitude est présente à ses côtés. Mais on découvre encore autre chose. Il *regarde pendant que les autres travaillent*. Sa préparation pour la vie est celle d'un spectateur, et c'est à peu près tout. S'il se hasarde au-delà, il se voit comme en face d'un abîme et il bat en retraite sous l'effet du choc, par peur qu'on ne découvre sa non-valeur. Si on le laisse à la maison près de sa mère, si on le laisse regarder pendant que les autres travaillent, il semble se porter parfaitement bien. Sa ligne dynamique vise la domination de sa mère comme unique but de sa supériorité. Malheureusement, il existe peu de chances de réussir dans la vie en s'en tenant au rôle de spectateur. Néanmoins il faudra, après la guérison d'un tel malade, lui chercher une profession dans laquelle une meilleure préparation lui permettra de mieux utiliser ses facultés d'observation et d'interprétation. Comme nous comprenons mieux que le malade le cas qui le concerne, nous devons intervenir avec une autorité suffisante pour lui faire comprendre -qu'il peut parfaitement réussir dans toutes les professions, mais que s'il désire utiliser au mieux ses dispositions, il lui faudra chercher une profession dans laquelle *la faculté d'observation se place au premier plan*. Il commença avec succès un commerce d'objets d'art.

Freud décrit invariablement, en se servant d'une nomenclature alambiquée, *les échecs des enfants gâtés*, sans avoir compris ce qui se cache derrière. L'enfant gâté veut tout posséder, mais ne se décide que difficilement à exécuter les fonctions normales établies par l'évolution; il désire la mère « dans son complexe d'Oedipe » (façon exagérée de décrire cette condition, mais compréhensible dans de rares cas d'espèce, étant donné que l'enfant gâté refuse toute autre personne). Il rencontre plus tard toutes sortes de difficultés (pas à cause du refoulement né du complexe d'Oedipe, mais à cause de l'effet de choc en face d'autres situations), et tombe dans un état délirant qui va même jusqu'à susciter des desseins meurtriers envers d'autres personnes opposées à ses désirs. Comme on le voit nettement, ce sont là des résultats produits

par une éducation erronée d'enfant gâté et qui ne peuvent servir à la compréhension de la vie psychique que si l'on connaît les conséquences de cette éducation et si l'on en tient compte. Or la sexualité est un problème intéressant deux personnes, qui ne peut être résolu correctement que si les deux sujets disposent d'une mesure suffisante de sentiment social, mesure qui manque précisément aux enfants gâtés. Par une généralisation forcée Freud se trouve obligé d'attribuer à des instincts sadiques innés les désirs, les bizarreries et les symptômes artificiellement créés, ainsi que la résistance qui leur est opposée par ce qui reste de sentiment social. Comme nous le voyons, ces tendances, conséquences d'une éducation qui l'a gâté, n'ont été que plus tard artificiellement entretenues chez l'enfant. Dès lors il est facile de comprendre que le premier acte du nouveau-né, le fait de téter le sein maternel, constitue un acte de coopération - et pas comme le suppose Freud, à la faveur de sa théorie préconçue du cannibalisme, un témoignage de la tendance sadique innée - et que cet acte profite autant à la mère qu'à l'enfant. La grande diversité des formes vitales dans l'espèce humaine disparaît dans l'obscurité de la conception freudienne.

Un autre exemple doit démontrer l'utilité de notre compréhension des premiers souvenirs d'enfant. Une jeune fille de 18 ans vit en permanente dispute avec ses parents. On voudrait qu'elle poursuive ses études étant donné ses bons succès scolaires. Elle s'y refuse parce qu'elle craint des échecs du fait qu'elle n'était pas la première à l'examen scolaire. Son premier souvenir d'enfance était le suivant - À une fête d'enfants elle avait vu un énorme ballon entre les mains d'un autre enfant; elle avait à ce moment-là quatre ans. Enfant très gâtée, elle fit tout pour obtenir un ballon semblable. Son père courut dans toute la ville pour en trouver un, mais sans succès. Un ballon plus petit fut refusé par l'enfant avec des cris et des pleurs. Ce n'est que lorsque son père lui expliqua que tous ses efforts avaient été vains qu'elle se calma et qu'elle accepta le petit ballon. Je pus conclure d'après ce souvenir que cette jeune fille était accessible à des explications amicales. On put la convaincre de son ambition égocentrique et la guérir.

Le cas suivant montre à quel point les voies du destin sont souvent obscures. Un homme de 42 ans devient impuissant après de longues années de mariage avec une femme de dix ans son aînée. Depuis deux ans il parle à peine à sa femme et à ses deux enfants. Alors qu'antérieurement il avait assez bien réussi dans sa profession, depuis lors il la néglige et amène sa famille dans une situation lamentable. C'était le préféré de sa mère et très gâté par elle. A l'âge de trois ans il eut une sœur. Peu de temps après - la naissance de sa sœur étant son premier souvenir - il présenta de l'énurésie. Il avait aussi des rêves effrayants dans son enfance, comme nous en trouvons souvent chez les enfants gâtés. Il est évident que l'énurésie et l'anxiété résultaient de ses tentatives pour revenir sur sa position d'enfant détrôné, mais nous ne devons pas négliger que l'énurésie était aussi l'expression de son accusation, mieux

encore un acte de vengeance contre sa mère. À l'école, c'était un enfant particulièrement bon. Il se souvient avoir été entraîné une seule fois dans une dispute avec un autre garçon qui l'avait offensé. L'instituteur exprima son étonnement, qu'un si bon garçon ait pu se laisser emporter de la sorte.

Nous pouvons comprendre qu'il s'était habitué à compter sur une approbation exclusive et qu'il voyait le but de sa supériorité dans le fait d'être préféré à d'autres. Quand cela ne se produisait pas, il avait recours à des mesures exprimant en partie l'accusation, en partie la vengeance, sans que les motifs de ces actions apparaissent clairement à lui-même et aux autres. Dans son but de perfection teinté d'égoïsme, il s'efforçait de ne pas paraître méchant extérieurement. Comme il le souligna lui-même, il avait épousé une jeune fille plus âgée parce qu'elle le traita comme l'avait traité sa mère. Comme elle était maintenant âgée de plus de cinquante ans et s'occupait davantage de ses enfants, il rompit la liaison avec eux tous, d'une façon apparemment non agressive. Dans cette rupture était incluse son impuissance comme langage d'organe. On aurait déjà pu s'attendre, à partir de sa quatrième année, à ce qu'en cas de perte de tendresse, comme cela était arrivé au moment de la naissance de sa sœur, il manifesterait automatiquement son accusation par une mesure peu nette dans ses apparences, mais nette dans ses effets.

Un homme âgé de trente ans, l'aîné de deux enfants, avait purgé une peine de prison assez longue à la suite de vols fréquents. Son premier souvenir date de sa troisième année, époque suivant de peu la naissance de son frère cadet. Il raconta : « Ma mère a toujours préféré mon frère. Déjà étant petit enfant je me sauvais de la maison. A l'occasion, poussé par la faim, je commettais de petits larcins tant à la maison qu'au dehors. Ma mère me punissait de la façon la plus cruelle. Mais je recommençais à me sauver. A l'école je fus un élève moyen jusqu'à l'âge de quatorze ans, mais je ne voulais pas continuer mes études et je me traînais seul dans les rues. Mon chez moi me répugnait. Je n'avais pas d'amis et je n'ai jamais trouvé de jeune fille qui m'aimât, ce qui était mon grand désir. Je voulais fréquenter des locaux de danse pour faire des connaissances, mais je n'avais pas d'argent. Alors je volai une auto et je la vendis à bas prix. À partir de cette époque mes vols commencèrent à prendre une importance plus grande, jusqu'au jour où je fus mis en prison. Peut-être aurai-je suivi un autre genre de vie si la maison de mes parents, où je ne recevais que des affronts, ne m'avait pas répugné. Je fus d'ailleurs encouragé à voler par un receleur entre les mains duquel je tombai. »

J'ai déjà fait remarquer que dans l'enfance des criminels, dans la majorité des cas, on trouve des enfants gâtés ou désireux de l'être, et ce qui est aussi important, que déjà dans leur enfance on peut constater une plus forte activité, qu'il ne faut pas confondre avec du courage. La mère nous montre par son attitude vis-à-vis du deuxième enfant qu'elle était capable de gâter un enfant. D'après l'attitude aigrie de cet homme après la naissance du frère cadet, nous

pouvons conclure que lui aussi a été gâté antérieurement. Ses vicissitudes ultérieures résultent de l'accusation amère envers sa mère, et de cette activité pour laquelle, faute d'un degré suffisant de sentiment social - pas d'amis, pas de profession, pas d'amour - il ne trouva d'autre débouché que le crime. Qu'on puisse aborder l'opinion publique, comme l'ont fait récemment certains psychiatres, avec la conception que le crime est une autopunition combinée au désir d'être mis en prison, cela traduit, à vrai dire, un manque de pudeur intellectuelle, surtout lorsqu'il s'y ajoute un mépris manifeste du sens commun et des attaques injurieuses contre nos conceptions solidement établies. Je laisse à la décision du lecteur le soin de juger si de telles conceptions ne naissent pas de l'esprit d'enfants gâtés, et ne réagissent pas sur l'esprit d'autres enfants gâtés parmi le public.

13

Conditions défavorables au développement social chez l'enfant et moyens d'y remédier

[Retour à la table des matières](#)

À la recherche des situations qui prédisposent et engagent l'enfant à prendre une voie défectueuse, à rendre plus pénible et souvent même à empêcher le développement du sentiment social, on tombera toujours sur ces graves problèmes, de la plus haute importance, que j'ai déjà cités antérieurement : le problème de l'enfant gâté, celui de l'enfant délaissé et celui des infériorités organiques innées. L'influence de ces facteurs ne se différencie pas seulement en étendue et en degré, non plus qu'en durée, en ce qui concerne le début et la fin de leur efficacité, mais diffère surtout par l'excitation et les réactions pratiquement incalculables qu'elles provoquent chez l'enfant. L'attitude des enfants en face de ces facteurs ne dépend pas uniquement de « l'expérience et

de l'erreur » (trial and error), mais beaucoup plus encore, et ceci de façon probante, de l'énergie de croissance de l'enfant, de sa puissance créatrice. En tant qu'élément du processus vital, le développement de cette puissance créatrice est à peu près imprévisible dans notre civilisation, qui à la fois entrave et stimule l'enfant ; nous ne pouvons déduire le processus vital que d'après les résultats. Si l'on veut avancer par présomption, il faudra tenir compte de nombreux facteurs, particularités familiales, lumière, air, saison, chaleur, bruits, contact avec des personnes plus ou moins favorables, climat, constitution du sol, alimentation, système endocrinien, musculature, rythme du développement organique, état embryonnaire et beaucoup d'autres tels que assistance et soins des personnes environnantes. Dans ce cortège chaotique d'éléments, on aura tendance à supposer tantôt des facteurs stimulants, tantôt des facteurs préjudiciables. Nous allons nous contenter de souligner avec beaucoup de prudence les probabilités statistiques, sans nier la possibilité de résultats divergents. Beaucoup plus sûre est la voie de l'observation des événements, pour l'explication desquels il existe une grande variété de possibilités. La force créatrice qui se manifeste pourra être suffisamment reconnue d'après l'activité plus ou moins grande du corps et de l'esprit.

Mais on ne peut pas oublier que la tendance à la coopération est obligatoire dès le premier jour. L'extraordinaire importance de la mère en ce qui concerne ce problème ressort clairement. Elle se trouve au seuil du développement du sentiment social. L'héritage biologique du sentiment social humain est confié à ses soins. Dans des gestes futiles, à l'occasion du bain, dans tout ce qu'elle fait pour l'enfant et dans tout ce que l'enfant impuissant exige, elle peut renforcer ou gêner le contact. Ses rapports avec l'enfant, sa compréhension et son habileté sont des moyens déterminants. Nous ne voulons pas oublier que même dans ce sens, le degré de l'évolution humaine peut réaliser le nivellement et que l'enfant lui-même peut forcer le contact, malgré les barrières existantes, par des cris et des attitudes récalcitrantes. Car dans la mère également agit et vit l'héritage biologique de l'amour maternel, une part invincible du sentiment social. Il peut être laissé en friche par des circonstances défavorables, par des soucis exagérés, par des déceptions, par des maladies et des souffrances, par un manque frappant de sentiment social avec ses conséquences. Mais l'acquisition évolutionnaire de l'amour maternel est généralement si puissante chez les animaux et les êtres humains, qu'elle arrive facilement à surmonter l'instinct de nourriture et l'instinct sexuel. On peut accepter comme établi que l'importance du contact maternel dans le développement du sentiment social humain, est de la plus grande importance. Le renoncement à ce tout-puissant levier du développement de l'humanité nous mènerait au plus grand embarras, car il ne nous serait pas possible de le remplacer par quelque chose d'à peu près satisfaisant, même sans tenir compte du fait que le sentiment du contact maternel, en tant que propriété indestructible de l'évolution, s'opposerait avec acharnement à sa destruction. *Probablement devons-nous au sentiment du contact maternel la majeure*

partie du sentiment social de l'humanité et par là le fond essentiel de la civilisation humaine. Il faut avouer que de nos jours l'amour maternel ne suffit pas au besoin pressant de la société. Un avenir lointain devra davantage ajuster à l'idéal social l'usage de ce bien. Car souvent le contact entre la mère et l'enfant est trop faible, plus souvent encore trop fort. Dans le premier cas, l'enfant peut dès le début de son existence retirer de la vie une impression d'hostilité et par d'autres expériences de nature semblable donner à cette opinion la valeur d'une ligne de conduite pour sa vie.

Comme je l'ai souvent observé, un meilleur contact avec le père ou les grands-parents ne suffit pas à combler cette lacune. On peut observer d'une façon générale, que le meilleur contact d'un enfant avec son père dénonce un échec du côté de la mère, ce qui signifie presque toujours une seconde phase dans la vie d'un enfant, qui - à tort ou à raison - a été déçu par sa mère. On ne peut pas ramener à la sexualité le fait que souvent chez les filles on trouve un plus grand contact avec le père, chez les garçons un plus grand contact avec la mère. Ce fait doit être examiné d'après la constatation faite plus haut. A cette occasion on observera : que les pères se conduisent souvent délicatement vis-à-vis de leurs filles, comme ils le font habituellement vis-à-vis de jeunes filles et de femmes; et que d'autre part garçons et filles aussi montrent dans une préparation pour leur vie future comme également dans leurs jeux (voir Groos, *Spiele der Kinder*) cette préparation vis-à-vis de l'élément de leurs parents de sexe opposé. J'ai pu observer, mais seulement chez les enfants très gâtés, qu'à l'occasion l'instinct sexuel s'en mêle, quoique rarement de la façon exagérée que présente Freud. Ces enfants essayent de réaliser tout leur développement à l'intérieur de la famille, ou mieux encore en liaison étroite avec la personne qui les gâte, en excluant toutes les autres. Ce qui incombe à la mère au point de vue du développement évolutionnaire et social, c'est de faire de l'enfant aussitôt que possible un collaborateur, un partenaire qui aime aider et qui, là où ses forces ne suffisent pas, se laisse volontiers aider. On pourrait remplir des volumes sur l'enfant « bien tempéré ». Ici il faudra se contenter de souligner que l'enfant doit se sentir à la maison un membre de la famille avec des droits égaux aux autres, portant un intérêt croissant à son père, à ses frères et sœurs, bientôt aussi à toutes les personnes de son entourage. Ainsi, de bonne heure il cessera d'être un fardeau, pour devenir un collaborateur. Il se sentira bientôt à l'aise et il développera ce courage et cette confiance qui proviennent du contact qu'il a avec son entourage. Les difficultés qu'il présente, par des anomalies voulues ou involontaires de ses fonctions, telles que énurésie, constipation, difficulté non motivée à absorber sa nourriture, seront considérées par lui ainsi que par son entourage comme un problème pouvant être résolu par lui-même. Ces phénomènes n'apparaîtront d'ailleurs jamais, si sa tendance à la coopération est suffisamment grande. Il en est de même des défauts qui consistent à sucer le pouce, à ronger les ongles, à mettre les doigts dans le nez et avaler de gros morceaux d'aliments. Ils n'apparaissent que si l'enfant refuse la collaboration, l'acceptation de la

civilisation, et se révèlent presque exclusivement chez les enfants gâtés, qui ainsi veulent obliger l'entourage à fournir un travail supplémentaire. Ces défauts apparaissent en même temps qu'une désobéissance ouverte ou cachée, signes manifestes d'un sentiment social insuffisant. J'ai depuis longtemps souligné ces faits. Si Freud essaye aujourd'hui d'atténuer la pansexualité, base de sa théorie, c'est bien l'enseignement de la psychologie individuelle qui en est la principale cause. La conception beaucoup plus récente de Charlotte Bühler concernant un stade « normal » de désobéissance chez l'enfant devrait être ramenée à un équilibre avec nos conceptions. Il résulte de la structure psychique que je viens de décrire, que les défauts des enfants se présentent sous des traits tels que désobéissance, jalousie, égocentrisme, manque de sentiment social, ambition personnelle, sentiment de vengeance, etc. traits qui se manifestent plus ou moins. Ceci confirme notre conception du caractère en tant que ligne de conduite vers le but idéal de supériorité, reflet du style de vie et en tant qu'attitude sociale qui n'est pas innée, mais qui est façonnée par l'enfant en même temps que sa loi dynamique. Maintenir les joies probablement minimales qui résultent du fait de sucer son pouce, de retenir ses matières, de jouer avec ses organes génitaux, etc., phénomène déclenché probablement par une sensation plus forte mais passagère de chatouillement, ceci caractérise l'enfant gâté, qui ne peut se refuser aucun désir et aucune jouissance.

Un autre tournant dangereux dans le développement du sentiment social est constitué par la personnalité du père. La mère ne doit pas lui enlever l'occasion d'établir le contact avec l'enfant de façon aussi étroite que possible, comme cela arrive lorsque l'enfant est trop gâté par la mère ou que le sentiment social est déficient, ou en cas d'aversion pour le père. On ne doit pas non plus le désigner à l'enfant comme un objet de menace ou un dispensateur de punitions, et il faut qu'il sacrifie à l'enfant suffisamment de temps et lui montre suffisamment d'affection pour ne pas être refoulé à l'arrière-plan par la mère. Je dois encore signaler comme particulièrement préjudiciable à l'enfant le fait que le père essaye d'évincer la mère par une trop grande tendresse. Il ne doit pas non plus, pour corriger la tendresse excessive de la mère, imposer une discipline trop sévère, ce qui n'aboutit qu'à rapprocher davantage l'enfant de la mère, ou essayer d'imposer à l'enfant son autorité et ses principes; attitude qui lui permettra peut-être d'obtenir la soumission, mais jamais l'esprit de collaboration et le sentiment social. C'est surtout le moment des repas qui dans notre époque si pressée apparaît d'une grande importance pour l'éducation en vue de la vie commune ; là une atmosphère agréable est indispensable. Les remontrances concernant les bonnes manières doivent être aussi rares que possible ; on les obtiendra plus facilement en observant cette façon de faire. La critique, les crises de colère, la mauvaise humeur devraient être bannies à ces moments-là, de même que la lecture et les réflexions profondes. Ce moment est aussi le moins favorable pour avancer des critiques sur des mauvais résultats à l'école ou sur d'autres défauts. Et il faut essayer de réaliser cette atmosphère sociale à tous les repas, principalement au début de la journée, au

petit déjeuner. Il est indispensable et important de donner aux enfants la liberté absolue de parler et de poser des questions. Se moquer de l'enfant, rire, faire des remontrances, donner d'autres enfants en exemple, nuit au contact et peut déterminer une attitude renfermée, de la timidité ou un lourd sentiment d'infériorité. Il ne faut jamais montrer aux enfants leur petitesse, leur manque de savoir et de pouvoir, mais leur rendre libre la voie vers un entraînement courageux, les laisser faire s'ils montrent de l'intérêt pour quelque chose, ne pas leur enlever tout de la main ; toujours leur souligner que c'est seulement le début qui est difficile; ne pas montrer une anxiété exagérée en face d'une situation dangereuse, mais réagir par une prévision raisonnable et par une défense appropriée. La nervosité des parents, la mésentente dans le ménage, les divergences en ce qui concerne l'éducation, peuvent facilement nuire au développement du sentiment social. Toute exclusion trop catégorique de l'enfant de la société des adultes doit être évitée dans la mesure du possible. Les louanges et les critiques ne doivent s'adresser qu'à l'échec ou à la réussite de l'éducation, jamais à la personnalité de l'enfant.

La maladie d'un enfant peut également constituer un obstacle périlleux pour le développement du sentiment social, d'autant plus dangereux, comme d'ailleurs aussi les autres difficultés, si elles survient pendant les cinq premières années. Nous avons parlé de l'importance des infériorités organiques innées et nous avons montré qu'elles se présentent, selon une probabilité statistique, comme des maux générateurs de mauvaise orientation et comme des obstacles au sentiment social. Il en est de même pour les maladies de la première enfance comme le rachitisme, qui gêne le développement organique mais pas le développement psychique, et qui mène aussi à des malformations d'un degré plus ou moins prononcé. Parmi d'autres maladies de la première enfance seront davantage préjudiciables pour le sentiment social celles qui donnent à l'enfant, du fait de la crainte et du souci de l'entourage, une forte impression de sa valeur personnelle, sans qu'il ait eu à fournir ni contribution ni effort. Là il faut citer la coqueluche, la scarlatine, l'encéphalite et la chorée ; malgré leur déroulement normal, on peut observer à leur suite des difficultés chez l'enfant qui lutte pour conserver sa position d'enfant gâté. Même dans les cas où des séquelles organiques persistent, on ferait bien de ne pas rapporter à ces séquelles les aggravations dans la conduite de l'enfant pour s'épargner la tâche d'y remédier. J'ai même pu observer à la suite de diagnostics erronés de maladies cardiaques et rénales, que les difficultés ainsi soulevées dans l'éducation de l'enfant ne disparaissaient pas après la découverte de l'erreur et la constatation d'une santé parfaite ; mais que l'égoïsme avec toutes ses conséquences, surtout le manque d'intérêt social, persistait sans aucun changement. L'anxiété, le souci et les larmes n'aident pas l'enfant malade, mais l'incitent par contre à reconnaître un avantage dans sa maladie. Il va sans dire que des défauts et des séquelles corrigibles chez l'enfant doivent être améliorées ou guéries aussitôt que possible et qu'en aucun cas il ne faut compter que le défaut « passera avec l'âge ». De même il faut essayer de prévenir les

maladies dans la mesure du possible, sans pour cela rendre l'enfant timoré et lui interdire le contact avec les autres.

Accabler l'enfant en exigeant trop de ses ressources physiques et psychiques, peut facilement l'amener, par suite de l'ennui et de la fatigue ainsi provoqués, à une attitude d'opposition préjudiciable au contact avec la vie. L'enseignement artistique et scientifique doit correspondre à la possibilité d'assimilation de l'enfant (voir Dr Deutsch, *Klavier Unterricht auf individual-psychologischer Grundlage*). Voici pourquoi il faut aussi mettre un terme à l'insistance fanatique de certains pédagogues à vouloir expliquer les phénomènes sexuels. Il faut répondre à l'enfant lorsqu'il pose des questions plus ou moins précises sur ce sujet, dans la mesure où on est certain que l'enfant pourra assimiler le renseignement. Dans tous les cas, il doit être renseigné de bonne heure sur la valeur égale des sexes et sur son propre rôle sexuel, car dans le cas contraire, comme l'avoue Freud aujourd'hui, il pourrait puiser dans notre civilisation rétrograde l'opinion que la femme représente un degré inférieur. Ceci peut rendre facilement les garçons orgueilleux avec des conséquences préjudiciables à la société ; amener les filles à la « protestation virile » que j'ai décrite en 1912 (voir Adler : *Le tempérament nerveux*), avec des conséquences aussi nuisibles : le doute sur leur propre sexe est suivi d'une préparation insuffisante à leur propre rôle sexuel, avec toutes sortes de suites désastreuses.

La situation des frères et sœurs dans le sein de la famille peut donner lieu à certaines difficultés. La préséance plus ou moins marquée d'un des enfants dans le premier âge est souvent préjudiciable à un autre. On trouve avec une fréquence surprenante, dans une même famille, un enfant qui réussit à côté d'un autre qui échoue. La plus grande activité déployée par l'un peut amener l'autre à adopter une attitude passive, la réussite de l'un conduire à l'échec de l'autre. On remarque souvent à quel point des échecs subis dans la première enfance portent préjudice à l'avenir de l'enfant. De même la préférence, difficile à éviter, donnée à un des enfants, peut être nuisible à l'autre et déclenche chez lui un lourd sentiment d'infériorité avec toutes les manifestations possibles d'un complexe d'infériorité. La grandeur, la beauté, la force de l'un projettent leur ombre sur l'autre. Dans tous ces cas il ne faudra pas négliger les faits que j'ai mis en lumière relatifs à la position d'un enfant parmi ses frères et sœurs.

Il faut surtout en finir avec la croyance admise que la situation de chaque enfant est la même pour tous dans le cercle de famille. Nous savons déjà que, même si pour tous il existait le même entourage et la même éducation, leur influence sera utilisée par l'enfant comme matériel, de manière à satisfaire aux besoins de sa force créatrice. Nous verrons combien l'influence de l'entourage se fait sentir différemment chez chaque enfant. Il paraît également certain que les enfants d'une même famille ne présentent ni les mêmes gènes, ni les

mêmes variations phénotypiques. Même en ce qui concerne les jumeaux univitellins, le doute quant à l'identité de leur constitution physique et psychique s'accroît de plus en plus¹³. Depuis longtemps la psychologie individuelle se place sur le terrain de la constitution physique héréditaire, mais elle a constaté que la « constitution psychique » ne se manifeste que dans les trois à cinq premières années de la vie par la formation d'un prototype psychique. Ce prototype contient déjà en lui la loi dynamique permanente de l'individu et doit sa forme vitale à la force créatrice de l'enfant qui utilise l'hérédité et les influences du milieu comme matériels de construction. Ce n'est qu'en partant de cette conception qu'il m'a été possible de représenter les divergences entre les enfants de mêmes parents comme étant presque typiques quoique différentes dans chaque cas d'espèce. Je considère le problème que je me suis posé comme résolu, étant donné que j'ai montré que dans la forme vitale ébauchée chez chaque enfant apparaît l'empreinte de sa position parmi ses frères et sœurs. Ce fait jette aussi une lumière vive sur le problème du développement du caractère, car s'il est exact que certains traits de caractère sont en concordance avec cette position de l'enfant, il ne reste plus beaucoup de terrain de discussion pour soutenir l'hérédité du caractère ou sa provenance de la zone anale ou de toute autre zone.

Mieux encore. Il est facile de comprendre comment l'enfant arrive à une certaine individualité étant donné sa position parmi ses frères et sœurs. Les difficultés d'un enfant unique sont plus ou moins connues. Grandissant parmi des adultes, le plus souvent surveillé avec une sollicitude exagérée, par des parents constamment préoccupés de lui, il apprend très vite à se sentir un point de mire important et à se conduire comme tel. La maladie ou la faiblesse d'un des parents apparaît parfois comme circonstance aggravante. Plus souvent encore ce sont des difficultés dans le ménage ou le divorce qui créent une atmosphère dans laquelle le sentiment social de l'enfant est défavorablement influencé. Bien souvent on trouvera que la mère proteste d'une manière névrotique contre la venue d'un autre enfant, protestation qui va de pair avec des soins exagérés pour l'enfant présent et qui mènent à l'esclavage complet de celui-ci. On trouve dans la vie ultérieure de ces enfants, avec des variations individuelles, une gradation partant d'une soumission qui proteste en secret et allant jusqu'à une recherche exagérée de la domination, points vulnérables qui par le contact avec un problème exogène commencent à saigner et à se manifester violemment. Un grand attachement à la famille, qui empêche le contact avec l'extérieur, se révèle préjudiciable dans beaucoup de cas.

166

En cas d'enfants nombreux, l'aîné se trouvera dans une situation unique, qu'aucun des autres enfants ne connaîtra. Il est pendant un certain temps un

¹³ Voir Helub, *Internat. Zeitschr. f. Indiv.*, 1933.

enfant unique et il ressent toutes ses impressions en tant qu'enfant unique. Plus tard, il sera « détrôné ». Cette expression que j'ai choisie rend le changement de situation d'une manière si exacte que même les auteurs ultérieurs tels que Freud, lorsqu'ils décrivent ce cas, ne peuvent se passer de cette expression imagée. Le laps de temps qui se passe jusqu'à ce « détrônement » a une certaine importance par l'impression laissée sur l'enfant et utilisée par lui. S'il s'agit de trois ans ou plus, l'événement touche à un style de vie déjà stabilisé et provoque une réaction en concordance avec ce style de vie. Généralement les enfants gâtés supportent ce changement aussi mal que le sevrage du sein maternel, Je dois pourtant dire qu'un intervalle d'une seule année suffit pour rendre visibles pendant toute la vie les traces de ce détrônement. A ce propos, il faut tenir compte de ce que l'aîné a déjà acquis un certain espace vital qui va se trouver restreint par l'arrivée d'un second enfant. Pour arriver à bien comprendre ce qui se passe, il faut donc prendre en considération une multitude de facteurs, et avant tout noter que tout le processus se déroule sans être exprimé en concepts, « sans mots », lorsque l'intervalle n'est pas trop grand. Ce qui veut dire qu'il n'est pas susceptible d'être corrigé par des expériences ultérieures mais uniquement par la compréhension des rapports grâce à la psychologie individuelle. Ces impressions non exprimées par des mots, si fréquentes dans la première enfance, auraient été interprétées par Freud ou Jung, si jamais ils les avaient entrevues, non pas comme des expériences vécues mais comme les conséquences d'un instinct aveugle ou comme l'héritage d'un atavisme collectif inconscient. Les manifestations de haine et les vœux de mort qu'on observe parfois et uniquement chez les enfants gâtés sont créés de toute pièce par une éducation défectueuse qui a négligé le sentiment social; ces vœux de mort sont souvent dirigés contre le deuxième enfant. Pareils états affectifs et pareils états d'esprit maussades se trouvent aussi chez des enfants nés après d'autres, avant tout chez ceux qui ont été gâtés. Mais l'aîné, s'il a été gâté davantage, a une certaine avance du fait de sa position particulière et il ressent davantage ce détrônement dans la moyenne des cas. Les mêmes manifestations chez des enfants nés ultérieurement peuvent facilement donner lieu à un complexe d'infériorité, et sont une preuve suffisante qu'un trauma obstétrical particulièrement violent comme explication des échecs subis par un premier-né est à reléguer dans le domaine de la fiction, en tant que supposition vague, formulée par ignorance de la psychologie individuelle.

Il est facile de comprendre également que la protestation de l'aîné contre son détrônement se manifeste souvent par une tendance à reconnaître comme justifié le pouvoir qui lui a été donné de quelque manière et à le conserver. Cette tendance donne occasionnellement à l'aîné un « caractère conservateur » marqué qui ne se manifeste pas dans le sens politique mais dans la vie quotidienne. J'ai trouvé un exemple vivant de cette tendance dans la biographie de Théodore Fontane. Sans vouloir couper les cheveux en quatre on reconnaîtra le trait autoritaire dans la personnalité de Robespierre, que n'aurait pas laissé

prévoir sa remarquable participation à la Révolution. Mais il ne faut pas oublier, étant donné que la psychologie individuelle est hostile à toute règle rigide, que ce qui est déterminant n'est pas le rang occupé dans la lignée familiale, mais la situation qui en résulte ; si bien que le portrait psychique de l'aîné peut aussi apparaître chez un des enfants nés ultérieurement, lorsque celui-ci porte son attention sur celui qui vient après lui et qu'il réagit en tant qu'aîné vis-à-vis de cette situation. On ne doit pas oublier non plus qu'à l'occasion le second enfant peut prendre le rôle de l'aîné, par exemple lorsque l'aîné est faible d'esprit, et donnera lieu à une situation anormale dont nous n'avons pas à tenir compte. Nous trouvons un bon exemple de ce genre dans la personnalité de Paul Heyse, qui avait une attitude presque paternelle vis-à-vis de son frère aîné et qui, à l'école, était devenu le bras droit de l'institutrice. Mais on trouvera dans tous les cas un terrain de recherches tout préparé lorsqu'on étudie soigneusement la forme vitale individuelle d'un aîné et lorsqu'on n'oublie pas comment le cadet le menace par derrière. Si quelquefois il trouve le moyen de tourner la situation en traitant le cadet d'une façon paternelle ou maternelle, ce n'est là qu'une variante de l'effort qu'il fait pour conserver la prééminence.

Un problème spécial semble se présenter souvent pour les aînés qui sont suivis par une sœur avec un écart relativement court. Leur sentiment social se trouve alors souvent exposé à de graves préjudices. Avant tout parce que les filles sont particulièrement favorisées par la nature pendant les dix-sept premières années dans leur croissance corporelle et psychique plus rapide et que de ce fait elles talonnent plus fortement le garçon. Souvent aussi parce que le garçon aîné essaye de s'affirmer non seulement dans sa priorité mais aussi dans sa fâcheuse préséance du rôle masculin, alors que la jeune fille, avec son lourd sentiment d'infériorité dû à la fâcheuse situation culturelle existant encore aujourd'hui pour la femme, le bouscule fortement et qu'à cette occasion elle manifeste un plus fort entraînement qui lui prête souvent des traits marqués de grande énergie. Ceci est aussi chez d'autres jeunes filles le prélude à la « protestation virile » (voir Adler, *Le tempérament nerveux*), qui peut donner lieu à d'innombrables conséquences, bonnes ou mauvaises, dans le développement des jeunes filles, toutes situées entre la perfection et les aberrations de la nature humaine, allant jusqu'au refus de l'amour ou jusqu'à l'homosexualité. Freud a fait usage ultérieurement de cette observation de la psychologie individuelle et l'a insérée dans son schéma sexuel sous le nom de « complexe de castration », soutenant que seul le manque de l'organe génital masculin provoque ce sentiment d'infériorité, dont la structure a été trouvée par la psychologie individuelle. Mais récemment il a tout de même laissé entendre vaguement qu'il accordait un certain intérêt au côté social de cette question. Que l'aîné ait presque toujours été considéré comme le soutien de la famille et de ses traditions conservatrices, montre que l'aptitude à la divination présume une certaine expérience.

En ce qui concerne les impressions avec lesquelles le cadet ébauche lui-même une loi dynamique propre, on les trouvera surtout influencées par le fait d'avoir constamment devant lui un autre enfant, qui est non seulement plus avancé que lui dans son développement, mais qui de plus conteste généralement sa prétention à l'égalité, en cherchant à maintenir sa prééminence. Ces impressions ne comptent pas si la différence d'âge est grande et elles sont d'autant plus fortes que cet écart est plus réduit. Elles prennent un caractère d'oppression si l'enfant né en second sent qu'il n'arrivera pas à obtenir la suprématie. Elles disparaissent presque entièrement si le cadet l'emporte dès le début sur un aîné de valeur ou de popularité moindres. Mais on pourra dans presque tous les cas constater chez le cadet une vigueur, un allant et une combativité plus grande, qui se manifeste tantôt par une énergie renforcée, tantôt par un tempérament impétueux, aboutissant tantôt à un progrès du sentiment social, tantôt à un échec.

Nous aurons à rechercher s'il a surtout l'impression de se trouver constamment comme dans une compétition à laquelle l'aîné peut participer à l'occasion et s'il ne se rend pas compte qu'il est constamment comme sous pression. En cas de sexes différents, la rivalité peut s'accroître, quelquefois même sans que le sentiment social se trouve sensiblement lésé. La beauté de l'un des enfants a aussi son importance ; le fait aussi de gâter un des enfants, du moins d'après l'opinion de l'autre, alors que l'observateur objectif ne trouvera pas de différence dans la sollicitude des parents. Si l'un des enfants apparaît comme un raté complet, on trouvera souvent l'autre en pleine disposition pour réussir, dispositions qui peuvent quelquefois ne pas persister une fois la vie scolaire commencée ou la période pubertaire atteinte. Si l'un des deux est reconnu comme étant remarquable, l'autre peut facilement se présenter comme un raté. Parfois, même chez des jumeaux univitellins, on trouve comme ressemblance apparente, que les deux font la même chose dans le bien comme dans le mal ; mais il ne faut pas oublier dans ce cas que l'un se trouve à la remorque de l'autre. Dans le cas du cadet aussi nous pouvons admirer l'aptitude originelle à l'intuition (manifestement consolidée par l'évolution), qui précède la compréhension. La particularité du cadet révolté est merveilleusement révélée dans la Bible avec l'histoire d'Esau et de Jacob, sans que nous puissions supposer une compréhension de ce fait : Jacob à la recherche du droit d'aînesse, sa lutte avec l'ange (« Je ne te lâche pas tant que tu ne m'as béni »), son rêve de l'échelle qui monte au ciel expriment nettement la rivalité du cadet. Même celui qui n'a pas tendance à suivre son aîné ne manquera pas d'être curieusement impressionné en retrouvant avec une insistance renouvelée, tout au long de son existence, le mépris de Jacob pour son aîné ; de mêmes dans sa demande obstinée de la deuxième fille de Laban, dans le peu d'espoir qu'il met sur l'aîné de ses enfants et d'après la manière avec laquelle il administre de sa main droite, en croisant les bras, sa plus grande bénédiction au deuxième fils de Joseph.

La plus âgée des deux filles aînées d'une famille devint farouche et rebelle à partir de la naissance de sa sœur cadette, survenue trois ans après la sienne. La cadette « devina » son avantage à devenir une enfant obéissante et elle se rendit ainsi extrêmement populaire. Plus elle devenait populaire et plus l'aînée se montrait rageuse et rebelle ; celle-ci maintint jusqu'à un âge avancé son attitude de violente protestation. La seconde, habituée à sa supériorité en toute chose, reçut son premier choc lorsqu'elle fut surpassée à l'école. Cette épreuve à l'école et plus tard sa confrontation avec les trois grands problèmes de la vie l'obligèrent à battre en retraite à chaque point dangereux pour son ambition et à façonner son complexe d'infériorité, conséquence d'une crainte incessante de la défaite, sous une forme que j'ai appelé « l'attitude hésitante ». Par là elle était protégée dans une certaine mesure contre toutes les défaites. Elle rêva à plusieurs reprises qu'elle manquait le train, révélant ainsi la force de son style de vie, qui était présent même dans ses rêves pour l'entraîner à manquer les occasions. Mais aucun individu humain ne peut trouver un équilibre dans le sentiment d'infériorité. La tendance combative de toute vie vers le but idéal de la perfection, tendance consolidée par l'évolution, ne s'arrête jamais et suit une voie progressive, soit dans le sens du sentiment social, soit à l'encontre de ce sentiment, avec des milliers de variantes. La variante choisie et adoptée après quelques tâtonnements par notre cadette, prit la forme d'une névrose obsessionnelle de la propreté, qui lui barra la route pour la solution de ses problèmes, par une contrainte incessante de laver sa personne, ses affaires et ses ustensiles, contrainte qui se manifestait surtout lorsque d'autres personnes l'approchaient; cette maladie lui permettait de tuer le temps, « le grand ennemi du névrosé », du fait qu'il exige un accomplissement. En même temps elle avait deviné, sans le comprendre, que par l'accomplissement exagéré d'une fonction d'entretien qui l'avait rendue populaire antérieurement, elle avait dépassé tous les autres êtres humains. Elle seule était propre, tous les autres et tout le reste était sale. Il est inutile que j'insiste sur son manque de sentiment social, concernant une enfant apparemment bien développée mais excessivement gâtée par sa mère. Inutile de rappeler que sa guérison n'était possible que par le renforcement de son sentiment social.

Il y a beaucoup à dire sur le dernier-né de la famille. Lui aussi se trouve dès le début dans une situation différente de celle où se trouvèrent les autres. Il n'est jamais seul, comme l'aîné l'a été pendant un certain temps. Il n'a personne non plus derrière lui, comme c'était le cas pour tous les autres enfants, et il n'a pas un seul chef de file comme le second, mais souvent plusieurs. Il est souvent gâté par des parents vieillissants et se trouve dans la situation pénible d'être considéré toujours comme le plus petit et le plus faible, et de ne pas être pris au sérieux. Dans l'ensemble il n'est pas dans une situation défavorisée. Sa recherche de la supériorité sur ses chefs de file est journalièrement excitée. A beaucoup de points de vue sa position ressemble à celle du second, situation à laquelle peuvent parvenir aussi d'autres enfants, placés à un autre rang dans la lignée familiale, si par hasard des rivalités

semblables éclatent. Sa force se manifeste souvent dans ses essais pour surpasser ses frères et sœurs, dans tous les différents degrés du sentiment social. Sa faiblesse apparaît souvent dans le fait qu'il évite la lutte ouverte pour la supériorité et ceci paraît être la règle dans le cas d'un enfant très gâté et qu'il cherche à atteindre son but sur un autre terrain, dans une autre conception de vie, dans une autre profession. Le regard expérimenté du psychologue individuel apercevra toujours, avec étonnement dans l'atelier de la vie psychique humaine avec quelle fréquence ce sort est dévolu au dernier-né. Si la famille se compose d'hommes d'affaires, le plus jeune se trouvera être par exemple poète ou musicien. Si les frères et sœurs sont des intellectuels, le dernier adoptera souvent une profession artisanale ou commerciale. À ce propos, il faut certes tenir compte du rétrécissement des possibilités chez les jeunes filles dans notre civilisation bien imparfaite.

En ce qui concerne la caractérologie du dernier-né, mon observation se rapportant au Joseph biblique a attiré l'attention générale. Comme tout le monde le sait, Benjamin était le dernier fils de Jacob, mais il était venu au monde dix-sept ans après Joseph et resta longtemps inconnu de lui. Il n'eut aucune influence sur l'évolution de Joseph. On connaît tous ces faits : comment ce garçon, rêvant de sa grandeur future, se promenait parmi ses frères qui travaillaient dur et comment il les agaçait fortement par ses rêves de domination sur eux et sur le monde, et de ressemblance avec Dieu, peut-être aussi parce qu'il était le préféré du père. Mais il devint le pilier de sa famille, de sa tribu et, bien plus que cela, un des sauveurs de la civilisation. Dans certaines de ses actions et dans ses œuvres se révèle la grandeur de son sentiment social.

L'âme du peuple avec son génie intuitif a créé plusieurs de ces exemples. Beaucoup d'autres se trouvent également dans la Bible, tels que Saül, David, etc. Mais aussi dans les contes de tous les temps et de tous les peuples, où l'on est sûr, lorsqu'il s'agit du plus jeune, que c'est lui qui reste le vainqueur. Il suffit de rechercher dans notre société actuelle, parmi les très grands de l'humanité, pour trouver combien fréquemment le plus jeune est arrivé à des situations remarquables. Il peut tout aussi bien échouer, et ces échecs comptent souvent parmi les plus surprenants. Ceci peut être attribué au fait qu'il s'est trouvé sous la dépendance d'une personne qui l'a gâté ou négligé. Circonstances qui l'ont amené à façonner par erreur son infériorité sociale.

Ce domaine de la recherche enfantine, concernant la position de l'enfant dans la lignée familiale, est loin d'être épuisé. Il montre avec une clarté irréfutable comment un enfant utilise sa situation et ses impressions comme éléments pour construire par ses propres moyens son style de vie, sa loi dynamique et, de ce fait, ses traits de caractère. Un lecteur compréhensif saisira combien il reste peu d'arguments valables pour supposer l'existence de traits de caractère héréditaires. En ce qui concerne d'autres positions dans le rang

des enfants, en tant qu'elles n'imitent pas celles citées plus haut, je ne saurais de loin en dire autant. Crighton Miller à Londres m'a fait remarquer qu'il avait observé une forte protestation virile chez une troisième fille qui avait succédé à deux autres filles. J'ai pu me convaincre souvent de l'exactitude de son observation et je la ramène au fait que cette fille ressentait la déception des parents due à la naissance d'une nouvelle fille, qu'elle la devinait, qu'elle l'éprouvait parfois aussi et qu'elle exprimait de toutes les façons son mécontentement vis-à-vis de son rôle de femme. On ne sera pas étonné de découvrir chez cette troisième fille, une attitude d'opposition plus prononcée qui démontre que, ce que Charlotte Bühler prétend avoir trouvé comme un « stade naturel de désobéissance », pourrait être mieux compris comme quelque chose de créé, de provoqué, comme une protestation permanente contre une humiliation effective ou prétendue, dans le sens de la psychologie individuelle.

En ce qui concerne le développement d'une fille unique parmi des garçons et d'un garçon unique parmi des filles, mes recherches ne sont pas terminées. D'après les observations faites jusqu'à présent, je m'attends à trouver que ces deux cas peuvent s'exprimer par des attitudes extrêmes aboutissant tantôt à une direction masculine, tantôt à une direction féminine. La direction féminine, si celle-ci leur a paru dans l'enfance comme étant plus prometteuse de succès, la direction masculine, si la virilité leur a paru un but désirable. Dans le premier cas, on trouvera, poussé à un degré excessif, la sensibilité et le besoin d'appui, avec toutes ses variantes et avec toutes ses mauvaises habitudes; dans le deuxième cas, une recherche manifeste de la domination, de l'obstination, mais à l'occasion aussi du courage et un effort louable.

14

Rêves éveillés et rêves nocturnes

[Retour à la table des matières](#)

Avec ce chapitre nous nous transportons dans le domaine de l'imagination. Ce serait une grande erreur que de vouloir séparer cette fonction, également créée par le courant évolutionnaire, de l'ensemble de la vie psychique et de ses relations avec les exigences du monde extérieur avec lesquelles elle forme un tout; ou encore de vouloir l'opposer à cet ensemble, au « moi ». Elle est par contre un élément du style de vie individuel, elle le caractérise et, en tant que mouvement psychique, elle s'insinue dans toutes les autres parties de la vie psychique, et porte d'ailleurs en elle l'expression de la loi dynamique individuelle. Son rôle consiste à s'exprimer dans certaines circonstances par des idées, alors qu'habituellement elle se cache dans le domaine des sentiments et des émotions ou est incluse dans l'attitude de l'individu. Elle est tournée vers l'avenir comme tout autre mouvement psychique, emportée et dirigée par le

même courant vers un but idéal de perfection. Considérée de ce point de vue, il nous apparaît à quel point il est futile de voir dans l'expression dynamique de l'imagination ou de ce qui en dérive - par exemple les rêves diurnes ou nocturnes - la satisfaction d'un désir, et à plus forte raison, de croire que par cette explication on a contribué en quoi que ce soit à éclaircir son mécanisme. Étant donné que chaque forme d'expression psychique est un mouvement ascensionnel indiquant le passage d'une situation inférieure vers une autre supérieure, chaque mouvement d'expression psychique pourrait être décrit comme étant la satisfaction d'un désir.

Plus que ne le fait le sens commun, l'imagination se sert de la faculté de divination, sans vouloir dire par là qu'elle devine « juste ». Son mécanisme consiste à se retirer provisoirement - cet éloignement est permanent en cas de psychose - loin du sens commun, c'est-à-dire de la logique de la vie collective, et loin du sentiment social existant à ce moment, mécontent de devoir faire ses prochains pas dans le sens de l'intérêt collectif. Ceci est plus facile à réaliser, lorsque le sentiment social présent ne se manifeste pas avec une grande puissance. Si par contre celui-ci est suffisamment fort, il conduit les pas de l'imagination vers un but d'enrichissement de la société. Mais toujours, dans ses milliers de variantes, le dynamisme psychique ainsi ébauché se résoud artificiellement en idées, sentiments et dispositions à envisager la vie avec une certaine attitude. Nous ne reconnâtrons comme étant des attitudes « justes », « normales » ou « valables » que celles qui, comme c'est le cas d'œuvres plus importantes, sont utiles à la collectivité. Des interprétations conceptuelles de ce jugement dans un autre sens sont logiquement exclues, ce qui n'empêche pas que souvent le degré actuel du sens commun refuse ces œuvres, jusqu'à ce que soit atteint un plus haut degré de compréhension de ce qui contribue au salut de l'humanité.

Chaque recherche de la solution d'un problème présent met en marche l'imagination, étant donné qu'on a à faire là avec l'inconnu de l'avenir. La force créatrice, dont nous avons reconnu le rôle dans le façonnage du style de vie dans l'enfance, continue son œuvre.

Les réflexes conditionnés, dans leurs multiples aspects où se manifeste le style de vie, ne peuvent être utilisés qu'en tant qu'éléments de construction.

Ils ne sont pas utilisables comme agissant automatiquement pour la création de quelque chose de constamment nouveau. Mais la force créatrice suit à présent les voies du style de vie qu'elle s'est créé. Ainsi l'imagination sera-t-elle également guidée d'après le style de vie, On peut dans ses créations (peu nous importe si l'individu retrouve ce rapport ou s'il l'ignore complètement) saisir l'expression du style de vie et de cette façon utiliser ces créations comme portes d'entrée, pour jeter un regard dans l'atelier de l'esprit. Ce n'est qu'en s'y prenant correctement qu'on verra toujours le « moi », la personnalité

dans son ensemble, alors que si l'on part d'une conception fautive, on pourra être tenté d'y voir une sorte d'opposition, comme par exemple celle entre le conscient et l'inconscient.

Freud, le représentant de cette conception erronée, se rapproche au pas de course d'une meilleure compréhension, lorsqu'il parle aujourd'hui de l'inconscient dans le « moi », ce qui donne au « moi » un tout autre aspect - un aspect que la psychologie individuelle a été la première à apercevoir.

Chaque grande idée, chaque oeuvre d'art doit son apparition à l'esprit créateur infatigable de l'humanité. La masse contribue peut-être pour une modeste part à ces créations nouvelles, tout au moins à leur assimilation, à leur conservation, à leur utilisation. C'est là que les *réflexes conditionnés* peuvent jouer un grand rôle. Chez l'artiste créateur ils ne représentent que l'élément dont il se sert pour devancer dans son imagination ce qui existe. Les artistes et les génies sont sans aucun doute les guides de l'humanité et ils payent le tribut de cette témérité, brûlant dans le propre feu qu'ils ont allumé dans leur enfance - « J'ai souffert et ainsi je suis devenu poète. » Nous devons aux peintres une meilleure vision, une meilleure perception des couleurs, des formes, des lignes. Ce sont les musiciens qui nous ont fait acquérir une meilleure ouïe, une modulation plus fine de nos cordes vocales. Les poètes nous ont appris à penser, à parler et à sentir. L'artiste lui-même, le plus souvent fortement stimulé dès sa première enfance par toutes sortes de souffrances et de difficultés, pauvreté, anomalie de la vue ou de l'ouïe, souvent gâté d'une façon ou d'une autre, s'arrache dès la première enfance à son lourd sentiment d'infériorité. Il lutte avec une ambition furieuse contre la réalité trop étroite afin de l'élargir pour lui-même et pour les autres ; porte-drapeau de cette évolution qui cherche le progrès par-dessus les difficultés et qui élève loin au-dessus du niveau moyen l'enfant désigné par le destin. Chez un tel enfant les souffrances sont proportionnées et en rapport avec l'obtention d'un but élevé.

Ce que déjà depuis longtemps nous avons démontré dans cette variante pesante mais bénie, c'est une plus grande sensibilité organique, une plus forte réceptivité des événements extérieurs. Ces variantes apparaissent très souvent chez le porteur comme une infériorité des organes des sens. Si ces variantes ne sont pas décelables chez le sujet même - étant donné que nos moyens d'investigation sont défailants en cas de variante faible - nous les retrouvons dans les infériorités organiques transmises par ses ancêtres. Là se trouvent souvent les traces les plus manifestes de pareilles infériorités constitutionnelles, menant souvent à des maladies, variantes d'infériorité, qui ont forcé l'ascension de l'humanité (voir entre autres : *Studie über Minderwertigkeit von Organen*, op. cit.). L'esprit créateur de l'enfant se montre dans ses jeux et dans la façon dont il joue. La tendance à la supériorité se donne libre cours dans chaque jeu d'enfant. Les jeux de société conviennent pour donner une impul-

sion au sentiment social. À côté de ces jeux de société il ne faut pas négliger ou gêner les occupations individuelles chez les enfants comme chez les adultes. On doit même les encourager dans la mesure où elles permettent de prévoir un enrichissement ultérieur de la société. Il est dans la nature de certaines activités, et cela ne diminue en rien leur caractère social, de ne pouvoir être exercées et pratiquées que loin des autres. Là encore l'imagination est à l'œuvre et elle est abondamment nourrie par les beaux arts. Il faudra pourtant éloigner du rayon de lecture des enfants, jusqu'à ce qu'ils aient acquis une certaine maturité, toute nourriture intellectuelle indigeste qui sera mal comprise, ou risquera d'étouffer le sentiment social en pleine croissance. À cette catégorie appartiennent entre autres les histoires cruelles qui éveillent la peur, laquelle influence surtout ces enfants chez lesquels le système urogénital est excitable. Il s'agit là une fois de plus d'enfants gâtés qui ne peuvent pas résister aux attraits du « principe de la libido », dont l'imagination et plus tard la pratique créent des situations angoissantes, pour en tirer des excitations sexuelles. Au cours de mes examens de sadiques et masochistes sexuels, j'ai toujours trouvé un enchaînement néfaste de ces circonstances à côté d'un manque de sentiment social.

La plupart des rêves diurnes et nocturnes d'enfants et d'adultes suivent, détachés jusqu'à un certain degré du sens commun, la direction indiquée par le but idéal de supériorité. Il est facile à comprendre qu'aussi bien en vue d'une compensation que pour le maintien de l'équilibre psychique, l'imagination suivra justement cette direction concrète, qui doit conduire au triomphe sur une faiblesse ressentie, bien que cette façon de faire ne soit jamais suivie de succès. Le processus ressemble dans un certain sens à celui que l'enfant suit lors de la création de son style de vie. Là où il ressent les difficultés, l'imagination l'aide à se donner l'illusion d'avoir une valeur personnelle accrue, tout en le stimulant plus ou moins. Il existe évidemment de nombreux cas où cette incitation fait défaut et où pour ainsi dire l'imagination seule résume toute la compensation. Il est évident que cette dernière doit être considérée comme antisociale, quoique dépourvue de toute activité et de toute hostilité contre le monde extérieur. Aussi lorsque l'imagination, toujours suivant le style de vie qui la guide, est dirigée contre le sentiment social, on peut considérer cela comme la preuve que le sentiment social a été exclu du style de vie, et comme une indication pour guider celui qui cherche à en pénétrer le sens. Il en est ainsi des fréquents et cruels rêves survenus le jour, qui à l'occasion sont remplacés par des représentations oniriques pénibles de souffrances personnelles, ou qui alternent avec elles. Des fantasmes de guerre, d'actions héroïques, de sauvetage de personnalités éminentes, démontrent dans la règle un sentiment de faiblesse et font place dans la réalité à de l'hésitation et de la timidité. Celui qui, dans cela et dans des formes d'expressions semblables, apparemment opposées, croit voir une ambivalence, une scission de la conscience, une double vie, méconnaît l'unité de la personnalité, dans laquelle les contradictions apparentes ne peuvent résulter que de la comparaison simpliste

des situations d'infériorité et de supériorité et de la méconnaissance de leurs rapports. Lorsqu'on connaît la progression constante du processus psychique, on comprend qu'il est impossible, vu la pauvreté de notre langage, de caractériser correctement par un mot ou un terme approprié un mécanisme psychique quel qu'il soit ; comment pourrions-nous décrire sous une forme statique ce qui est un courant incessant.

Il arrive très souvent que celui qui rêve s'imagine être l'enfant d'autres parents, ce qui traduit presque avec certitude le mécontentement vis-à-vis de ses propres parents. Dans les psychoses, et d'une façon moins accusée dans d'autres cas, cette imagination est transposée dans la réalité pour constituer un grief permanent. Lorsque l'ambition d'un sujet trouve la réalité insupportable, il se réfugie invariablement dans la chimère de l'imagination. Mais n'oublions pas que, là où l'imagination est parfaitement en accord avec le sentiment social, on doit s'attendre à des œuvres remarquables, car l'imagination, en éveillant les sentiments et les émotions stimulantes, agit comme la pression accrue dans une machine : elle augmente le rendement.

La valeur du rendement de l'imagination dépend donc en premier lieu du degré avec lequel le sentiment social y participe. Ceci compte autant pour l'individu que pour la masse. Lorsque nous avons à faire à un échec certain, nous pouvons nous attendre à une imagination viciée. Le menteur, l'escroc, le vaniteux en sont des exemples vivants, le bouffon aussi. L'imagination n'est jamais en repos, même quand elle ne se condense pas sous forme de rêves diurnes. Déjà le fait d'être orienté vers un but idéal de supériorité exige une œuvre d'imagination exploratrice de l'avenir, comme tout effort d'anticipation et de prévision. Il est certain qu'elle constitue un entraînement dans le sens du style de vie, qu'elle soit présente dans la réalité, dans les rêves du jour ou de la nuit, ou dans la création d'une œuvre d'art. Elle exalte la personnalité de chaque individu et se trouve plus ou moins influencée en chemin par le sens commun. Le rêveur sait souvent qu'il rêve et le dormeur, si détaché qu'il soit de la réalité, ne tombe que rarement du lit. Dans le rêve, tout ce qui attire l'imagination, richesse, puissance, actes héroïques, œuvres remarquables, immortalité, etc., sont des hyperboles, des métaphores, des allégories, des symboles. Il ne faut pas oublier la force amplificatrice des métaphores. Malgré l'incompréhension de beaucoup de mes adversaires, elles représentent à mon sens des déguisements imaginaires de la réalité, jamais identiques à elle. Leur valeur est incontestable si elles sont aptes à donner à notre vie une énergie supplémentaire; par contre leur nocivité doit être décelée si elles servent, en éperonnant nos sentiments, à renforcer en nous l'esprit antisocial. Dans tous les cas, elles servent à provoquer et à renforcer la tonalité affective, qui convient au style de vie en face d'un problème donné, lorsque le sens commun se montre trop faible ou lorsqu'il est en contradiction avec la solution du problème exigée par le style de vie. Ce fait nous aidera aussi à comprendre le rêve.

En vue de cette compréhension, il faut étudier le sommeil, qui représente la disposition affective dans laquelle le rêve se réalise. Le sommeil est sans aucun doute une création de l'évolution, une autorégulation qui naturellement est liée à des modifications d'états organiques et qui est provoquée par elles. Si aujourd'hui, nous ne pouvons que les deviner (Zondeck a peut-être jeté une certaine lumière sur ce problème par ses recherches sur l'hypophyse), nous pouvons les considérer comme agissant en commun accord avec l'impulsion au sommeil. Puisque manifestement le sommeil sert au repos et à la détente, il rapproche aussi de l'état de repos toutes les activités corporelles et psychiques. La forme vitale de l'individu humain est, du fait de l'état de veille et de sommeil, mieux harmonisée avec l'alternance des jours et des nuits. Ce qui entre autres distingue le dormeur du sujet éveillé est sa distance concrète qui sépare le premier des problèmes du jour.

Mais le sommeil n'est pas le frère de la mort. La forme vitale, la loi dynamique de l'individu, veillent sans cesse. Le dormeur se meut, évite dans son lit des positions pénibles, peut être éveillé par la lumière et le bruit, tient compte d'un enfant qui dort à côté de lui et porte en lui les joies et les peines du jour. Pendant le sommeil le sujet porte intérêt à tous les problèmes dont la solution ne sera pas gênée par le sommeil. Les mouvements agités du nourrisson éveillent la mère; et pourvu que nous en ayons le désir, nous nous réveillons le matin presque exactement à l'heure voulue. L'attitude corporelle pendant le sommeil donne souvent, comme je l'ai montré (*Pratique et théorie de la psychologie individuelle*), une bonne image de l'attitude psychique, comme c'est le cas à l'état de veille. L'unité de la vie psychique reste conservée pendant le sommeil, ce qui fait que nous devons considérer comme faisant partie de cet ensemble le somnambulisme ou parfois le suicide pendant le sommeil, le grincement des dents, les paroles, la contraction musculaire telle que la crispation du poing avec ses paresthésies consécutives. De ces phénomènes nous pouvons tirer des conclusions qui évidemment doivent être confirmées par d'autres formes d'expression. Pendant le sommeil s'éveillent parfois des sentiments et des états affectifs qui ne sont pas toujours accompagnés de rêves.

Que le rêve apparaisse le plus souvent comme un phénomène visuel s'explique par la grande certitude que nous procurant des impressions visuelles. J'ai toujours dit à mes élèves : « Lorsque dans vos recherches vous ne voyez pas distinctement un point quelconque, bouchez-vous les oreilles et observez tout ce qui est mouvement. » Chacun connaît probablement cette plus grande certitude sans l'avoir exprimée par des idées claires. Le rêve chercherait-il cette grande certitude ? Extérioriserait-il davantage son style de vie, étant donné qu'il se trouve à une plus grande distance des problèmes journaliers, réduit à lui-même avec l'entière conservation de sa force créatrice guidée par le style de vie, libéré de la contrainte limitative imposée par la réalité, cette

dispensatrice de lois. Le rêve donne libre cours à l'imagination tenue sous la dépendance du style de vie. D'autres fois, nous voyons l'imagination continuer la lutte en faveur du style de vie lorsqu'un individu est confronté avec un problème qui le dépasse ou lorsque le sens commun - ce sentiment social de l'individu - est déficient et ne peut intervenir. Le rêve est-il engagé dans la même lutte?

Nous ne voulons pas suivre ceux qui, en la passant sous silence et en la spoliant, ont essayé de contrecarrer la psychologie individuelle. Voici pourquoi nous voulons ici mentionner Freud, qui a essayé le premier d'élaborer une théorie scientifique du rêve. Ceci restera sa gloire, et personne ne pourra la lui contester, pas plus que certaines observations, qu'il considère comme appartenant à « l'inconscient ». Il semble avoir su beaucoup plus qu'il ne comprenait. Mais en s'efforçant de grouper les manifestations psychiques autour de l'unique principe directeur qu'il reconnaît, la libido sexuelle, il devait inévitablement se tromper ; erreur qui a encore été aggravée par le fait qu'il ne tenait compte que des mauvais instincts qui, comme je l'ai montré, résultent du complexe d'infériorité d'enfants gâtés, et sont les résultats artificiels d'une éducation fâcheuse et d'une création individuelle erronée de l'enfant. Ils ne permettent jamais de comprendre la structure psychique dans son apparence réelle évolutionnaire. En résumé, la conception sur le rêve est la suivante : « Si un homme pouvait se décider à fixer par écrit tous ses rêves, sans restrictions, sans déguisements, avec fidélité et en détail et en y ajoutant un commentaire qui comprendrait tout ce qu'il peut expliquer lui-même par ce qu'il se rappelle de sa vie et de ses lectures, il ferait un grand cadeau à l'humanité. Mais au point où en est l'humanité, certainement, personne ne le fera ; bien que même en secret, et pour son avertissement personnel, ceci ait déjà une certaine valeur. » Est-ce Freud qui dit cela? Non c'est Hebbel dans ses « Mémoires ».

Si telle est en résumé la conception qu'on doit avoir du rêve, je dois pourtant ajouter qu'il s'agit en premier lieu de savoir si la méthode adoptée pourra résister à une critique scientifique. Ceci était si peu le cas pour le schéma psychanalytique, que Freud lui-même, après de nombreuses modifications de sa théorie des rêves, a fini par déclarer que jamais il n'avait soutenu que chaque rêve avait un contenu sexuel. Il y a là tout de même un nouveau progrès.

Ce que Freud appelle « la censure » n'est rien d'autre qu'un plus grand éloignement de la réalité, tel qu'il est surtout réalisé dans le sommeil, une abstention voulue du sentiment social dont l'imperfection empêche la solution normale d'un problème présent. Ce qui fait que l'individu cherche une solution plus facile par une autre voie, comme dans un choc à l'occasion d'une défaite attendue, recherche dans laquelle l'imagination, sous la contrainte du style de vie, sens commun mis à part, doit lui apporter secours. Si on veut trouver dans

cela la satisfaction d'un désir ou, en désespoir de cause, un désir de mourir, on n'aboutit à rien de plus qu'à un lieu commun, qui n'éclaircit en rien la structure du rêve. Car tout le processus vital, de quelque côté qu'on l'examine, peut être considéré comme la recherche de la satisfaction d'un désir.

J'ai trouvé au moment de mes recherches sur le rêve deux aides puissantes. L'une m'a été fournie par les conceptions inacceptables de Freud. J'ai tiré profit de ses erreurs. Et quoi que n'ayant jamais été psychanalysé (ce à quoi je me serais obstinément refusé, étant donné qu'une acceptation stricte de son enseignement gêne l'objectivité de la conception scientifique, qui de toute façon n'est pas grande chez la majorité), je suis quand même suffisamment familiarisé avec ses théories pour pouvoir non seulement reconnaître ses erreurs, mais aussi prédire d'après l'image réfléchie d'un enfant gâté quel sera le pas suivant de Freud. Voici pourquoi j'ai toujours recommandé à tous mes élèves de s'occuper sérieusement de l'enseignement de Freud. Freud et ses élèves aiment énormément me désigner, avec une vanité qui ne fait pas de doute, comme un de leurs disciples, parce que je me suis très longuement disputé avec lui dans un cercle psychologique, mais je n'avais jamais assisté à aucun de ses cours, et lorsque ce cercle dut se ranger à ses conceptions, je fus le premier à le quitter. On ne pourra me refuser ce témoignage que j'ai toujours, et beaucoup plus que Freud, tracé nettement les limites entre la psychologie individuelle et la psychanalyse et que je ne me suis jamais vanté de mes anciennes discussions avec Freud. Je regrette que l'ascension de la psychologie individuelle et son influence indiscutable sur la métamorphose de la psychanalyse ait été ressentie si amèrement. Mais je sais à quel point il est difficile de satisfaire les conceptions des enfants gâtés. Il n'est en définitive pas si étonnant, qu'à la suite du rapprochement incessant de la psychanalyse (sans qu'elle ait renoncé à son principe fondamental) avec la psychologie individuelle, des ressemblances soient devenues manifestes à certains esprits perplexes, conséquence évidente d'un sens commun indestructible. Il pourrait sembler à certains que j'avais illégalement deviné d'avance le développement de la psychanalyse dans les vingt-cinq dernières années. Je suis alors comme le prisonnier qui ne lâche plus celui qui l'a capturé.

La deuxième aide, beaucoup plus puissante, me vient de la conception solide et scientifiquement prouvée de l'unité de la personnalité. La même appartenance à l'unité doit aussi caractériser le rêve. Mise à part la plus grande distance constante exigée par le style de vie par rapport à la réalité qui nous influence, ce qui caractérise aussi bien l'imagination à l'état de veille, il ne fallait pas accepter dans le rêve comme soutien d'une théorie d'autres formes psychiques que celles qui sont présentes également dans la vie éveillée. On peut arriver à la conclusion que le sommeil et la vie du rêve sont une variante de la vie éveillée et aussi que la vie éveillée est une variante de l'autre. La loi fondamentale de ces deux formes de vie, veille et sommeil, est : ne pas laisser sombrer le sens de la valeur du « moi ». Ou pour l'exprimer dans la

terminologie connue de la psychologie individuelle : la tendance au triomphe dans le sens du but final arrache l'individu au poids du sentiment d'infériorité. Nous connaissons la direction que suit ce chemin ; il s'écarte plus ou moins du sentiment social, en d'autres termes il est antisocial, il est opposé au sens commun. Le « moi » cherche son réconfort dans l'imagination du rêve pour aboutir à la solution d'un problème présent, qu'il n'arrive pas à résoudre, faute d'un sentiment social suffisant. Il est évident qu'à cette occasion c'est toujours l'importance subjective du problème présent qui joue le rôle de test concernant le sentiment social et qu'il peut être si pesant que... même le meilleur commence à rêver.

Il nous faut donc convenir avant tout que chaque état de rêve a un facteur exogène. Ceci signifie bien plus et autre chose que le « résidu diurne » de Freud. Son importance réside dans le fait qu'il est une épreuve et une recherche de la solution. Il contient le « en avant vers le but », le « dans quel sens » de la psychologie individuelle, en opposition avec la régression et la satisfaction de désirs sexuels infantiles de Freud ; ce dernier trait étant simplement un exemple de manifestation du monde fictif des enfants gâtés, qui veulent tout avoir pour eux et qui ne comprennent pas qu'un de leur désir ne soit pas satisfait. Ceci indique aussi le caractère progressif et ascensionnel de l'évolution et montre comment chacun se représente le chemin qu'il veut suivre, son opinion sur sa manière d'être et sur la nature et le sens de la vie.

Écartons-nous un moment de l'état de rêve. Voici un homme en face d'un problème pour la solution duquel il ne se sent pas préparé, faute de sentiment social. Il se réfugie dans son imagination. Qui se réfugie ainsi ? Évidemment le « moi » dans son style de vie, avec l'intention de trouver une solution qui convienne au style de vie. Ce qui signifie, exception faite de la faible proportion des rêves utiles à la société, une solution avec laquelle le sens commun n'est pas d'accord, qui va à l'encontre du sentiment social mais qui soulage l'individu dans sa misère et dans ses doutes, mieux encore : qui le renforce dans son style de vie, dans la valorisation de son « Moi ». Le sommeil, comme aussi l'hypnose lorsqu'elle est correctement exécutée, et l'auto-suggestion lorsqu'elle est réussie, sont les moyens les plus simples pour atteindre ce but. La conclusion que nous devons tirer de tout ceci est que le rêve, en tant que création voulue du style de vie, cherche à rester à distance du sentiment social et représente cette distance. Pourtant, lorsque le sentiment social est plus fort et dans des situations plus menaçantes on peut observer à l'inverse la victoire du sentiment social sur les tentatives faites pour s'en affranchir. Voilà un cas de plus donnant raison à la psychologie individuelle, lorsqu'elle soutient que la vie psychique ne se laisse jamais complètement résumer dans des formules et des règles définitives, et laissant pourtant intacte la thèse principale, à savoir que le rêve traduit un éloignement du sentiment social.

Là apparaît pourtant une objection qui m'a longtemps beaucoup préoccupé, mais à laquelle je dois une meilleure compréhension du problème du rêve. Car si en effet le mécanisme décrit plus haut doit être accepté, comment se fait-il que personne ne comprend ses rêves, que personne n'y prête attention et que généralement on les oublie ? Si nous laissons de côté la poignée de gens qui y comprennent quelque chose, il semble qu'une force soit gaspillée dans le rêve comme nous ne le trouvons jamais dans l'économie de l'esprit. Mais là une autre expérience de la psychologie individuelle nous vient en aide. L'homme sait plus qu'il ne comprend. Est-ce que son savoir n'est pas éveillé pendant le rêve alors que sa compréhension dort ? S'il en était ainsi, on devrait pouvoir démontrer des états semblables pendant la veille. Et en réalité l'homme ne comprend rien à son but et le suit quand même. Il ne comprend rien à son style de vie et il y est constamment attaché. Et si, placé devant un problème, son style de vie l'oriente dans une certaine voie, vers un banquet, vers une entreprise prometteuse, alors paraissent toujours des idées et des images (dispositif de sécurité comme je les ai appelées) pour lui rendre cette voie agréable, sans qu'elles soient toujours visiblement reliées au but poursuivi. Si un homme est très mécontent de sa femme, alors une autre lui paraît souvent beaucoup plus désirable sans qu'il se rende compte de cette relation, et encore moins de son accusation ou de sa vengeance. Ce n'est que considéré en rapport avec son style de vie et le problème présent, que son savoir des choses qui le touchent de très près devient compréhension. En plus, nous avons insisté déjà sur le fait que l'imagination, en conséquence aussi le rêve, se montre obligé de renoncer à une bonne part du sens commun. Il serait donc illogique d'interroger le rêve d'après son sens commun, comme l'ont fait beaucoup d'auteurs, pour arriver à la conclusion que le rêve n'avait pas de sens. Le rêve ne s'approchera très près du sens commun que dans de très rares occasions, il ne se confondra jamais avec lui. De cela ressort la fonction la plus importante du rêve, *détourner le rêveur du sens commun*, comme nous l'avons aussi montré pour l'imagination. Dans le rêve, par conséquent, le rêveur se trompe lui-même. Et suivant notre conception fondamentale, nous pouvons ajouter que cette façon de se duper lui-même, en face d'un problème donné, pour lequel son sentiment social se montre insuffisant, le fait s'adresser à son style de vie de façon à résoudre le problème en accord avec celui-ci. En s'arrachant à la réalité qui exige de l'intérêt social, des images surgissent que le style de vie lui suggère.

Mais quand le rêve est passé, ne persiste-t-il donc rien ? Je crois avoir résolu cette très importante question. Il persiste ce qui reste toujours lorsque quelqu'un se fourvoie dans l'imagination : des sentiments, des émotions et une attitude. Il résulte de la conception fondamentale de la psychologie individuelle concernant l'unité de la personnalité que tous trois agissent dans le sens du style de vie. C'était une de mes premières attaques de l'année 1918 contre la théorie du rêve de Freud, lorsque je soutenais en me basant sur mes expériences que le rêve visait l'avenir, qu'il préparait le rêveur à résoudre un

problème à sa propre manière. Plus tard je pus compléter cette conception en constatant qu'il ne le faisait pas par la voie du sens commun, du sentiment social, mais par « comparaison », par métaphore, par des images parallèles, comme le ferait un poète désirant éveiller des sentiments et des émotions. Mais là nous nous trouvons de nouveau sur le terrain de l'état de veille et nous pouvons ajouter que même les personnes les plus dépourvues de sens poétique peuvent se servir de comparaisons lorsqu'elles veulent produire une impression, ne serait-ce que par des insultes telles que « âne », « vieille femme », etc., comme le fait aussi l'instituteur lorsqu'il désespère de pouvoir expliquer quelque chose avec des paroles simples.

Les comparaisons peuvent produire un double effet. Premièrement les comparaisons sont plus aptes à éveiller les sentiments qu'une explication objective. Dans l'art poétique, dans le langage raffiné, l'emploi de métaphores remporte de véritables triomphes. Mais dès que nous nous éloignons du royaume des beaux-arts, nous observons le danger qui réside dans l'usage de comparaisons. « Elles sont boîteuses », dit le peuple avec raison et il pense par là que dans leur usage réside le danger d'une duperie. Nous arrivons donc ici au même jugement que plus haut lorsque nous parlions d'une utilisation comparative d'images dans le rêve. Elles servent, en dehors des voies de la raison pratique, à illusionner le rêveur, à éveiller chez lui des émotions, et à créer en même temps un état d'esprit accordé au style de vie. Il est probable que le rêve est toujours précédé d'un état affectif semblable au doute, problème qui exige encore des recherches plus approfondies. Mais dans ce cas et conformément à son style de vie, le « Moi » choisit entre mille images possibles justement celles qui sont favorables à ses aspirations et qui lui permettent d'éliminer la raison pratique en faveur du style de vie.

Nous avons ainsi établi que l'imagination du rêveur suit aussi dans le rêve, comme dans d'autres manifestations, un cours ascendant dans la direction indiquée par le style de vie, même lorsqu'elle utilise des souvenirs visuels comme le font nos autres façons de penser, de sentir et d'agir. Bien que ces images-souvenirs dans la vie d'un enfant gâté résultent des erreurs de son éducation trop tendre, quand bien même elles exprimeraient un pressentiment de l'avenir, elles ne doivent pas faire admettre cette conclusion erronée que les désirs infantiles y trouvent une satisfaction, ou que cela indique une régression vers un stade infantile. Il faut de plus tenir compte du fait que le style de vie choisit ses images pour servir ses desseins, ce qui fait que nous pouvons arriver à comprendre le style de vie d'après ce choix. La comparaison de l'image du rêve avec la situation exogène nous permet de trouver la ligne de conduite dynamique que suit le rêveur et qui résulte de la réaction de son style de vie en face de la solution des problèmes présents, en vue de satisfaire sa loi dynamique. La faiblesse de sa position se traduira par le fait qu'il se sert de comparaisons et d'images qui éveillent d'une manière trompeuse des sentiments et des émotions dont on ne peut éprouver la valeur et le sens et qui

réalisent un renforcement, une accélération du mouvement dirigé par le style de vie, un peu comme lorsqu'on appuie sur l'accélérateur d'un moteur en marche. L'obscurité du rêve, obscurité que l'on peut aussi bien constater dans de nombreux cas à l'état de veille, lorsque quelqu'un essaye de justifier son erreur avec des arguments qu'il va chercher très loin, est donc une nécessité et non pas un hasard.

Le rêveur dispose encore, exactement comme à l'état de veille, d'un autre moyen pour passer outre à la raison pratique, celui qui consiste à traiter un problème présent dans ses futilités ou à en exclure le facteur principal. Cette manière de procéder se montre apparentée à celle, très répandue, que j'ai décrite dans les derniers cahiers de la *Zeitschrift für Individualpsychologie* en 1932 (éditeur Hirzel, Leipzig), comme solution partielle incomplète d'un problème, signe d'un complexe d'infériorité. Je refuse une fois de plus d'établir des règles pour l'interprétation des rêves, étant donné qu'elle exige beaucoup plus d'intuition artistique que de systématique prétentieuse. Le rêve ne fournit rien de plus que ce qui peut être déduit d'autres formes d'expression, mais il sert à l'examineur à reconnaître à quel point l'ancien style de vie est encore efficace, afin d'attirer l'attention du sujet sur ce fait, ce qui contribue certainement à le convaincre. Dans l'interprétation d'un rêve, il faut avancer jusqu'à ce que le malade ait compris que, comme Pénélope, il défait la nuit ce qu'il a tissé le jour. Aussi ne faut-il pas négliger ce style de vie, avec une obéissance exagérée et apparente, un peu comme une personne hypnotisée force son imagination elle-même à suivre docilement la voie indiquée par le médecin, sans pourtant adopter l'attitude qui devrait en résulter. Ceci représente aussi une forme de désobéissance à laquelle il s'est exercé en secret depuis son enfance.

Les rêves périodiques traduisent l'expression, conforme au style, de la loi dynamique en face de problèmes qui, d'après leur nature, sont ressentis de façon semblable. Les rêves courts indiquent qu'une réponse nette, ferme et rapide a été donnée à une question. Les rêves oubliés font supposer que leur tonalité affective est puissante en face d'une raison pratique tout aussi puissante ; pour mieux détourner cette raison pratique, le matériel rationnel doit être éliminé afin que ne persistent que les émotions et l'attitude. On constate fréquemment que les rêves angoissants reflètent la peur extrêmement forte d'une défaite, que des rêves agréables traduisent un « Fiat » très prononcé ou le contraste avec une situation actuelle, provoquant ainsi des sentiments plus puissants d'aversion. Le fait de rêver d'un mort suggère l'idée, qu'il faudra d'ailleurs confirmer d'après d'autres formes d'expression, que le rêveur n'a pas définitivement enterré ce mort et qu'il reste encore sous son influence. Les rêves où il est question de chute, et ce sont certainement les plus fréquents de tous, indiquent que le rêveur est inquiet, a peur de perdre le sentiment de sa valeur, mais démontrent en même temps par une représentation spatiale, que le rêveur a l'illusion d'occuper une haute situation. Rêver de voler en l'air

traduit chez des sujets ambitieux leur lutte pour atteindre un niveau supérieur, pour réaliser quelque chose qui les élève au-dessus des autres êtres humains. Ce rêve est souvent accompagné d'un autre où il est question de chute comme pour mettre en garde le rêveur contre une attitude ambitieuse et risquée. Rêver d'un atterrissage heureux après une chute se traduit souvent non pas par des idées, mais uniquement par des sentiments, et se rapporte généralement à un sentiment de sécurité, sinon à un sentiment de prédestination, d'après lesquels l'individu est assuré que rien de fâcheux ne peut lui arriver. Rater le train, manquer une occasion, traduit généralement un trait de caractère exprimé par le fait de se soustraire à une défaite menaçante en arrivant en retard ou en laissant échapper une occasion. Le rêve d'être mal habillé, suivi de frayeur à ce sujet, peut être rattaché généralement à la peur de voir ses défauts démasqués. Des tendances motrices, visuelles ou acoustiques sont souvent exprimées dans les rêves ; mais toujours en rapport avec une attitude déterminée vis-à-vis d'un problème donné, dont la solution, dans quelques rares cas, a même été facilitée par de tels rêves, comme le montrent certains exemples. Quand le rêveur joue le rôle de spectateur, cela indique avec une certaine certitude que dans la vie aussi l'individu se contente du rôle de spectateur. Des rêves sexuels donnent lieu à différentes explications, parfois même entraînent relativement faible aux rapports sexuels, parfois retraite vis-à-vis d'un partenaire et repli sur soi-même. Dans des rêves homosexuels il s'agit d'un entraînement contre le sexe opposé, et non d'un penchant inné, fait suffisamment souligné. Les rêves où il est question de cruautés dans lesquelles l'individu joue un rôle actif, traduisent la colère et la recherche de la vengeance, de même que les rêves de profanation. Les rêves fréquents des énurétiques de se trouver au bon endroit en urinant, leur facilite d'une façon peu courageuse leur accusation et leur vengeance contre un sentiment d'humiliation. Dans mes livres et dans mes articles on trouvera un grand nombre d'interprétations de rêves, cela permettra de me dispenser ici de citer des exemples concrets. Pour illustrer la liaison entre le style de vie et le rêve, je commenterai le rêve suivant :

Un homme, père de deux enfants, vivait en mésentente avec sa femme, mésentente entretenue de part et d'autre. Le mari savait que sa femme ne s'était pas mariée par amour. Il avait été à l'origine un enfant gâté, et fut plus tard supplanté par un autre enfant, mais il avait appris à une dure école à dominer ses accès de colère antérieurs, à tel point que, dans une situation défavorable, il faisait parfois trop longtemps des tentatives pour établir avec des adversaires une réconciliation, ce qui naturellement réussissait rarement. Vis-à-vis de sa femme également son attitude s'exprimait par des manifestations contradictoires ; parfois montrant de la patience, essayant de créer une atmosphère d'affection et de confiance mutuelle, d'autres fois éclatant en crises de colère lorsqu'il retombait dans un sentiment d'infériorité et ne savait plus comment s'y prendre. La femme se trouvait en face de cette situation dans une complète incompréhension. L'homme s'était fortement attaché à ses

deux garçons qui l'aimaient d'ailleurs beaucoup, alors que la mère dans son indifférence affectée, avec laquelle elle ne pouvait évidemment pas rivaliser avec son mari pour l'affection des enfants, avait de plus en plus perdu le contact avec eux. L'homme jugeait cette attitude comme une négligence vis-à-vis des enfants et faisait souvent à ce sujet des reproches à sa femme. Les rapports conjugaux se maintenaient avec difficulté, mais mari et femme étaient décidés à empêcher la naissance d'autres enfants. Telle fut pendant longtemps la situation où s'affrontèrent les deux partenaires. L'homme qui ne reconnaissait que des sentiments puissants dans l'amour, qui se croyait aussi frustré de ses droits ; la femme essayant faiblement de continuer le ménage, frigide et, du fait de son style de vie, sans grand désir d'affection pour son mari et ses enfants. Une nuit il rêva de corps ensanglantés de femmes jetés çà et là sans égards. Ma conversation avec lui nous ramena au souvenir d'une scène à laquelle il avait assisté dans une salle de dissection où un ami, étudiant en médecine, l'avait amené. Mais il était facile de voir, et cela il le confirma lui-même, que les accouchements auxquels il avait assisté à deux reprises l'avaient également horriblement impressionné. Voici l'explication qu'on peut donner : « Je ne veux plus assister à une troisième naissance chez ma femme. »

Voici un autre rêve : « J'avais l'impression que j'étais parti à la recherche de mon troisième enfant que j'avais perdu ou qui m'avait été enlevé : j'avais très peur. Toutes mes recherches restaient vaines. » Cet homme n'ayant pas de troisième enfant, il est clair qu'il avait constamment peur qu'un troisième enfant éventuel ne courût de grands dangers, vu l'incapacité de sa femme à surveiller les enfants. Le rêve avait eu lieu peu de temps après le rapt de l'enfant de Lindbergh et révélait un problème de choc exogène correspondant au style de vie, et aussi sa signification : l'arrêt des relations avec un être humain dépourvu de sentiment et de chaleur, et faisant partie de ce dessein, la détermination de ne plus avoir d'enfants. Ce rêve souligne exagérément la négligence de la femme, mais aussi est orienté dans le même sens que le premier rêve : peur exagérée de l'accouchement.

Le malade venait en traitement pour de l'impuissance. On en retrouvait l'origine dans son enfance où il avait appris à se contenter en cas d'humiliation (après des essais répétés de conciliation) d'une attitude de refus vis-à-vis de la personne apparemment indifférente ; où il avait aussi en même temps trouvé insupportable le fait que sa mère donnât naissance à de nouveaux enfants. La participation fondamentale de son style de vie, la recherche de certaines images, sa façon de se leurrer lui-même et par des comparaisons très éloignées de la raison pratique et conférant à son style de vie un nouveau tonus et une force augmentée, sa retraite devant le problème vital résultant de l'effet de choc permanent, et plutôt obtenu par la ruse qu'élaboré par la voie du sens commun, la solution imparfaite, partielle du problème à résoudre corres-

pondant à la nonchalance de cet homme, tous ces traits sont évidents et faciles à comprendre dans leurs relations.

Je veux encore dire quelques mots, d'après ma propre expérience, concernant le sujet qui a été décrit comme le symbolisme du rêve d'après Freud. Il est vrai que depuis toujours les êtres humains ont montré une tendance à comparer en plaisantant des événements et des choses sexuelles avec les faits de la vie courante. Cela s'est toujours fait depuis qu'il y a des cabarets et des échanges de propos grivois. La tentation de procéder ainsi réside en grande partie aussi dans le renforcement de l'accent émotionnel tiré du symbole, à côté de la tendance humiliante, de la raillerie et de la fanfaronnade. Pour comprendre ces symboles courants qui se retrouvent dans le folklore et dans les chansons populaires, il ne faut pas un esprit supérieur. Il est plus important de savoir qu'ils apparaissent certainement dans le rêve, avec une intention précise qu'il faudra découvrir. C'est le mérite de Freud d'avoir attiré l'attention sur ce fait. Mais expliquer tout ce qu'on ne comprend pas par des symboles sexuels, pour en déduire que tout résulte de la libido sexuelle, ne résiste pas à une critique sensée. Les soi-disant « expériences probantes » avec des personnes hypnotisées à qui on avait d'abord suggéré de rêver des scènes sexuelles et dans les renseignements desquelles on trouvait qu'elles rêvaient également dans le sens des symboles de Freud, sont des preuves bien faibles. Le choix de symboles familiers à la place d'expressions sexuelles crues prouve tout au plus un sentiment naturel de pudeur. Ajoutons qu'il serait aujourd'hui difficile à un élève de Freud de trouver, pour se prêter à de telles expériences d'hypnose, un sujet qui ne soit pas au courant des théories freudiennes. Sans compter que le « symbolisme de Freud » a énormément enrichi le vocabulaire et qu'il a sérieusement détruit toute impartialité dans l'examen de faits inoffensifs. On peut aussi observer que souvent les malades, qui ont suivi auparavant un traitement psychanalytique font un large usage dans leurs rêves du symbolisme de Freud. Ma réfutation serait encore plus puissante si je croyais comme Freud à la télépathie et si je pouvais supposer, comme l'ont aussi fait ses tièdes précurseurs, que la transmission des idées se déroule comme une émission radiophonique. Je renonce à cet argument.

15

Le sens de la vie

[Retour à la table des matières](#)

S'enquérir d'un sens de la vie n'a de la valeur et de l'importance que si on tient compte du système de relation homme-cosmos. Il est facile de comprendre que le cosmos dispose dans cette relation d'une puissance créatrice. Le cosmos est pour ainsi dire le père de toute vie. Et toute vie est constamment en lutte pour suffire aux exigences du cosmos. Pas comme s'il existait là un instinct, qui ultérieurement dans la vie serait capable d'amener tout à une fin, et qui n'aurait plus qu'à se développer, mais quelque chose d'inné appartenant à la vie, une tendance, une impulsion, un développement, quelque chose sans quoi enfin on ne pourrait se représenter la vie : vivre, c'est se développer. L'esprit humain n'est que trop habitué à amener dans une forme ce qui se meut et à considérer non pas le mouvement, mais le mouvement figé, le mouvement devenu forme. Nous autres, psychologues individuels, nous nous sommes toujours préoccupés de transposer en mouvements ce que

nous saisissons en tant que formes. Chacun sait que l'homme achevé naît d'une cellule germinale, mais il devrait aussi comprendre que cette cellule germinale contient des fondements nécessaires au développement. Comment la vie a pu paraître sur cette terre est une question obscure, nous n'y trouverons peut-être jamais une réponse définitive.

Le développement de la vie à partir d'une minuscule unité vivante ne pouvait se réaliser que par le consentement des influences cosmiques. Nous pouvons, comme le fait par exemple Smuts dans un essai génial (*Wholeness and evolution*), supposer que la vie existe aussi dans la matière inerte, conception qui nous est suggérée par la physique moderne qui nous montre comment les électrons se meuvent autour du proton. Nous ne savons pas si la justesse de cette conception se confirmera, mais il est certain que la notion que nous nous faisons de la vie ne peut plus être mise en doute, à savoir qu'elle signifie en même temps un mouvement, mouvement qui vise l'autoconservation, la multiplication, le contact avec le monde environnant, contact qui doit être victorieux pour que la vie puisse se maintenir. À la lumière des conceptions de Darwin nous comprenons la sélection de tout ce qui a pu s'adapter aux exigences extérieures. La conception de Lamarck, encore plus proche de la nôtre, nous donne des indications quant à la force créatrice qui est ancrée dans chaque être vivant. Le fait universel de l'évolution créatrice de tout ce qui est vivant peut nous enseigner qu'un but est donné à la direction de chaque espèce, but idéal de la perfection, de l'adaptation active aux exigences cosmiques.

C'est dans cette voie d'un développement, d'une adaptation incessante et active aux exigences du monde extérieur, que nous devons nous engager, si nous voulons comprendre dans quel sens va la marche de la vie. Nous devons nous rappeler qu'il s'agit là de quelque chose de primordial, d'inhérent à la vie dès son origine. Il s'agit toujours de suprématie à acquérir, de conservation de l'individu et de la race humaine; il s'agit toujours d'établir une relation favorable entre l'individu et le monde environnant. Cette obligation de chercher à réaliser une meilleure adaptation ne peut jamais prendre fin. J'ai déjà développé cette idée en 1902 (voir *Heilen und Bilden*, op.cit.) et j'ai nettement indiqué qu'un échec de cette adaptation active est placé sous la menace constante de cette « vérité » et que la disparition de peuples, familles, personnes, espèces d'animaux et de plantes, doit être attribuée à ce même échec de l'adaptation active.

Quand je parle d'une adaptation active j'exclus donc les fantaisies imaginatives qui confondent cette adaptation avec la situation présente ou avec la mort de toute vie. Il s'agit bien plutôt d'une adaptation *sub specie aeternitatis*, étant donné que seul est « juste » le développement organique ou psychique qui peut être considéré comme juste pour l'avenir le plus éloigné. En outre cette notion d'une adaptation active signifie que le corps et l'âme, de même

que tout ensemble de vie organisée, doivent tendre vers cette ultime adaptation qu'est le triomphe sur tous les avantages et tous les inconvénients que le cosmos nous impose. Les compromis apparents, qui subsisteront peut-être pendant un certain temps, succomberont tôt ou tard sous le poids de la vérité.

Nous sommes au milieu du courant de l'évolution mais nous nous en apercevons aussi peu que de la rotation de la terre. Dans cette connexion cosmique, dont la vie de l'individu ne présente qu'une partie, la lutte pour une adaptation victorieuse au monde environnant est une condition essentielle. Même si on voulait douter que déjà au début de la vie la tendance à la supériorité a existé, la marche de milliards d'années nous montre clairement qu'aujourd'hui la tendance à la perfection est un facteur héréditaire qui se trouve dans chaque individu. Cette observation peut encore nous montrer autre chose. Personne d'entre nous ne sait quelle est la seule voie juste à suivre. L'humanité a fait de nombreux essais pour se représenter ce but final du développement humain. Que le cosmos devrait avoir un intérêt à maintenir la vie n'est guère plus qu'un pieux désir, mais qui peut trouver son utilisation dans la religion, dans la morale et dans l'éthique comme puissant ressort pour activer le bien-être collectif de l'humanité et c'est ce qui a été fait dans ce sens. Le fait d'adorer un fétiche, un lézard, un phallus en tant que fétiche, à l'intérieur d'une tribu préhistorique, ne nous paraît pas justifié scientifiquement. Mais nous ne devons pas oublier à quel point cette conception primitive favorisa la vie collective de l'humanité, son sentiment social, par le fait que celui qui se trouvait sous la loi de la même ferveur religieuse fut considéré comme frère, comme tabou et fut recommandé à la protection de la grande tribu.

La meilleure représentation qu'on ait pu acquérir jusqu'à présent de cette élévation idéale de l'humanité se présente sous l'aspect de la notion de Dieu ¹⁴. Il est hors de doute que la notion de Dieu renferme en réalité cette aspiration à la perfection. Il me semble pourtant que chacun se fait de Dieu une conception différente de celle des autres. Il existe des représentations de cette notion qui d'avance ne sont pas à la hauteur de ce principe de la perfection, mais en face de sa version la plus pure nous pouvons dire : voici une expression concrète, heureusement conçue, du but de perfection. La force originelle, qui fut si efficace dans l'érection de buts religieux conducteurs et qui devait aboutir à lier entre eux tous les êtres humains, n'était rien d'autre que le sentiment social, qu'il faut considérer comme une acquisition de l'évolution, comme le résultat d'un effort ascensionnel au cours de la poussée impérieuse de l'évolution. Naturellement, d'innombrables essais ont été faits en vue de se représenter ce but idéal de perfection. Nous autres psychologues individuels, surtout ceux d'entre nous qui sommes des médecins, et qui avons à faire à des

¹⁴ Voir Adler et Jahn, *Religion et psychologie individuelle*, traduction française, Payot, Paris.

personnes qui ont subi des échecs, qui souffrent d'une névrose, d'une psychose, qui sont devenues des délinquants, des dypsomanes, etc., nous apercevons également en eux ce but de supériorité, mais dirigé dans un sens qui contredit la raison au point que nous ne pouvons pas y reconnaître un but de perfection convenable. Si quelqu'un par exemple essaye de concrétiser son but en cherchant à dominer les autres, ce but de perfection nous paraît inapte à guider l'individu ou la masse, parce que personne ne pourrait s'imposer pareil but de perfection, étant donné que chacun serait obligé de se heurter à la contrainte de l'évolution, de violer la réalité et de se préserver anxieusement contre la vérité et ceux qui la suivent. Lorsque nous trouvons des êtres humains qui se sont donné comme but de perfection de s'appuyer sur d'autres, alors ce but de perfection lui aussi nous semble en contradiction avec la raison. Si quelques-uns cherchent un but de perfection dans le fait de ne pas résoudre les problèmes de la vie pour ne pas avoir à subir de défaites qui autrement seraient inévitables et contraires à leur but de perfection, ce but aussi nous paraît absolument impropre, quoiqu'il paraisse acceptable à beaucoup de gens.

Si nous élargissons notre point de vue et si nous posons cette question : que sont devenus ces êtres qui se sont imposé un but de perfection défectueux, qui n'ont pas réussi leur adaptation active, étant donné qu'ils ont suivi une voie erronée, étant donné qu'ils n'ont pas trouvé le chemin qui mène au progrès de la collectivité ? alors la disparition d'espèces, de races, de tribus, de familles et de nombreux individus isolés, qui n'ont rien laissé sur cette terre, nous enseigne à quel point il est indispensable pour l'individu de trouver un chemin à peu près correct pour un but idéal de perfection. Il est évident qu'à notre époque également le but idéal de perfection donne le ton pour le développement de toute la personnalité de l'individu, pour tous ses mouvements d'expression, pour sa manière de voir, de penser, pour ses sentiments et pour sa conception du monde. Il est également clair et compréhensible pour chaque psychologue individuel qu'une ligne de conduite s'écartant dans une certaine mesure de la vérité doit nuire à l'individu ou même entraîner sa perte. Alors ce serait une trouvaille heureuse si nous pouvions en savoir davantage sur la direction que nous devons suivre, étant donné que nous nous trouvons dans le courant de l'évolution et que nous sommes entraînés par lui. Là aussi la psychologie individuelle a fourni un gros travail, tout comme elle l'a fait lorsqu'elle a constaté la tendance générale à la perfection. Elle a pu acquérir à partir de nombreuses expériences une conception qui permet dans une certaine mesure de comprendre quelle est la direction à suivre pour arriver à une perfection idéale ; elle y est arrivée en établissant les normes du *sentiment social*.

Le sentiment social signifie avant tout la tendance vers une forme de collectivité qu'il faut imaginer éternelle, comme elle pourrait à peu près être imaginée si l'humanité avait atteint le but de la perfection. Il ne s'agit jamais

d'une collectivité ou d'une société actuelle, ou d'une forme politique ou religieuse ; le but qui se montrerait le plus apte à réaliser cette perfection, devrait être un but signifiant la collectivité idéale de toute l'humanité, ultime réalisation de l'évolution. On peut évidemment me demander d'où je tiens cela. Certes pas d'une expérience immédiate et je dois avouer qu'ont raison ceux qui trouvent dans la psychologie individuelle une part de métaphysique, sujet de louanges pour les uns, de critique pour les autres. Il y a malheureusement beaucoup de sujets qui ont une conception erronée de la métaphysique et qui voudraient exclure de la vie de l'humanité tout ce qu'ils ne peuvent saisir immédiatement. Ce faisant nous empêcherions la possibilité de développement de toute nouvelle idée. Car toute nouvelle idée se trouve au-delà de l'expérience immédiate. L'expérience immédiate ne nous donne jamais quelque chose de nouveau, ce nouveau nous étant fourni par l'idée qui résume les données de l'expérience et qui réunit ces faits. Que nous l'appelions spéculative ou transcendantale, il n'y a pas de science qui ne donne pas dans la métaphysique. Je ne vois pas de raison de se méfier de la métaphysique. Elle a influencé au plus haut degré la vie de l'humanité et son évolution. Nous ne détenons pas la vérité absolue et de ce fait nous sommes obligés de réfléchir sur notre avenir, sur le résultat de nos actions, etc. Notre idée du sentiment social comme forme finale de l'humanité - d'un état dans lequel nous pouvons nous représenter comme résolues toutes les questions de la vie, toutes les relations avec le monde extérieur - représente un idéal directeur, un but qui nous guide. Ce but idéal de perfection doit porter en lui le but d'une société idéale, étant donné que tout ce que nous trouvons de précieux dans la vie, ce qui persiste et ce qui survit est pour toujours un produit de ce sentiment social.

Je viens de décrire les faits, les effets et les défauts du sentiment social actuel dans l'individu et dans la masse et je me suis efforcé, dans l'intérêt de la connaissance de l'homme et de la caractérologie, d'exposer mes expériences et de montrer comment on peut comprendre la loi dynamique de l'individu et de la masse, ainsi que leurs erreurs. En partant de ce point de vue, la psychologie individuelle a examiné et rendu compréhensibles toutes les données irréfutables de l'expérience, et le système scientifique ainsi élaboré l'a été sous la pression de ces faits tirés de l'expérience. Les résultats acquis sont justifiés par leur corrélation incontestable et confirmés par le sens commun. Tout ce qu'on exige d'une doctrine et d'un enseignement strictement scientifique est résumé dans la psychologie individuelle : un nombre immense d'expériences immédiates ; un système qui tient compte de ces expériences et qui ne les contredit pas ; l'acquisition d'une aptitude à la divination conforme au sens commun, aptitude qui consiste à insérer dans le système les expériences en corrélation avec ce dernier. Cette aptitude étant d'autant plus indispensable que chaque cas se présente différemment et qu'il donne toujours lieu à de nouveaux efforts pour une divination artistique. Si je m'efforce maintenant de défendre aussi le droit pour la psychologie individuelle d'être considérée

comme une conception philosophique, puisqu'elle doit servir à la compréhension du sens de la vie humaine, je dois me défaire de toute conception morale ou religieuse évoluant entre la vertu et le vice, quoique je sois convaincu depuis longtemps que ces deux courants, comme aussi les mouvements politiques, ont toujours essayé de tenir compte du sens de la vie et qu'ils se sont développés sous la contrainte du sentiment social en tant que vérité absolue. En face d'eux le point de vue de la psychologie individuelle est déterminé par sa conception scientifique ainsi que par son effort mieux dirigé en vue du développement et de la connaissance plus effective du sentiment social. Le voici : je considérerai comme justifiée toute tendance dont l'orientation fournit la preuve irréfutable qu'elle est guidée par le but du bien-être de l'humanité entière. Je considérerai comme erronée toute tendance qui contredit ce point de vue ou dans laquelle ce point de vue est vicié par la formule de Caïn : « Pourquoi dois-je aimer mon prochain ? »

Me basant sur les constatations précédentes, je me permets d'exposer brièvement le fait qu'à notre entrée dans la vie nous trouvons uniquement ce que nos ancêtres ont réalisé et apporté comme contribution à l'évolution et au plus grand développement de l'humanité tout entière. Déjà ce simple fait suffirait à nous expliquer pourquoi la vie est en continuel progrès, comment nous nous approchons d'un état rendant possibles une plus grande contribution de chacun et une plus grande coopération; état dans lequel chaque individu se présente dans une mesure de plus en plus forte comme un élément de l'ensemble, état pour la réalisation duquel naturellement toutes les formes de notre activité sociale représentent des essais et des exercices préparatoires. Ne peuvent survivre parmi eux que ceux qui sont dirigés dans le sens de la société idéale. Que cette oeuvre, prouvant souvent la remarquable puissance humaine, se montre à beaucoup d'égards incomplète, voire même erronée, nous prouve que la « vérité absolue » le long du sentier de l'évolution est inaccessible au pouvoir humain, quoique nous soyons capables de l'approcher. Cette oeuvre montre aussi qu'un grand nombre de réalisations sociales ne tiennent que pour une époque donnée et pour une situation donnée, pour se dévoiler comme nuisibles après un certain laps de temps. Ce qui peut nous préserver de rester attachés à une fiction nuisible, ou cramponnés au schéma de vie d'une fiction erronée, est comme une étoile qui nous guide, le bien-être de la collectivité qui nous enseigne comment mieux trouver notre voie sans risquer d'avoir à souffrir d'autres déconvenues.

Le bien-être de la collectivité, le développement ascensionnel de l'humanité ont pour base les contributions impérissables apportées par nos ancêtres. Leur esprit reste toujours vivant : il est immortel, comme d'autres le sont par leurs enfants. Sur les deux facteurs repose la continuité du genre humain. La connaissance de ce fait est superflue, seule la réalité compte. La question concernant la voie juste à suivre me semble résolue, quoique nous tâtonnions souvent dans l'obscurité. Nous ne voulons pas trancher définitivement la

question, mais nous pouvons dire au moins ceci : nous ne pouvons accorder de prix à l'activité d'un individu ou à celle d'une masse que si elle aboutit à des créations de valeur pour l'éternité et pour le plus grand développement de toute l'humanité. Pour réfuter cette thèse, il ne faut se rapporter ni à sa propre bêtise, ni à celle des autres. Il est évident qu'il ne s'agit pas là de la possession de la vérité, mais uniquement d'une tentative pour l'atteindre.

Ce fait devient encore plus convaincant, pour ne pas dire évident, lorsque nous nous demandons : que sont devenus ces êtres humains qui n'ont en rien contribué au bien de l'humanité ? Voici la réponse : ils ont disparu jusqu'au dernier reste, il ne persiste rien d'eux ; ils sont éteints corps et âme. La terre les a engloutis. Ils ont suivi le sort de ces espèces animales disparues qui n'ont pas pu trouver l'harmonie avec les données cosmiques. Il y a sûrement là une ordonnance secrète ; c'est comme si le cosmos inquisiteur ordonnait : allez-vous en, vous n'avez pas saisi le sens de la vie, vous ne pouvez pas aspirer à l'avenir.

Il s'agit là sans doute d'une loi cruelle, comparable uniquement aux terribles divinités des peuples anciens et à l'idée du tabou menaçant de destruction tous ceux qui s'attaquaient à la collectivité. Ainsi l'accent est mis sur la permanence, l'éternelle survivance des contributions d'êtres humains qui ont réalisé quelque chose pour le bien-être de la collectivité. Nous sommes assez raisonnables pour ne pas prétendre que nous possédons la clef qui nous permettrait dans chaque cas de dire exactement ce qui a une valeur éternelle et ce qui n'en n'a pas. Nous sommes convaincus que nous pouvons nous tromper et qu'une décision définitive ne peut sortir que d'une analyse soigneuse et objective souvent aussi de la marche des événements. Nous avons peut-être déjà fait un grand pas en avant si nous pouvons éviter ce qui ne contribue pas au bien de la collectivité.

Notre sentiment social va aujourd'hui beaucoup plus loin qu'autrefois. Sans l'avoir compris, nous essayons dans l'éducation, dans la conduite de l'individu et de la masse, dans la religion, dans la science et la politique, d'établir l'harmonie avec le futur bien-être de l'humanité par des méthodes diverses et pourtant parfois erronées. Il est évident que celui qui possède un meilleur sentiment social saisira mieux la notion de cette harmonie future. Et d'une façon générale le principe social s'est imposé : aider celui qui trébuche et ne pas le renverser.

Si nous appliquons nos conceptions à la vie culturelle actuelle et si nous soulignons que l'enfant a déjà fixé pour toute sa vie l'étendue de son sentiment social, de façon immuable en l'absence d'interventions favorables ultérieures, notre attention est alors attirée par certaines conditions générales dont l'influence peut être grandement néfaste pour le développement du sentiment social chez l'enfant : tel est le cas de la guerre et de sa glorification dans

l'enseignement scolaire. Sans le vouloir, l'enfant, dont le sentiment social est peut-être imparfaitement formé et encore faible, se prépare à un monde dans lequel il est possible de faire lutter des êtres humains contre des machines et des gaz toxiques, de les y contraindre et de considérer comme glorieux de tuer le plus possible de ses semblables, bien qu'ils soient certainement aussi précieux pour l'avenir de l'humanité. Même chose, bien qu'à un degré moindre, en ce qui concerne la peine capitale, dont les effets préjudiciables à l'âme enfantine sont à peine diminués par la considération qu'il ne s'agit pas là de membres de la société, mais d'êtres antisociaux. L'expérience brusque du problème de la mort peut même déterminer un arrêt précipité du développement du sentiment social chez des enfants qui montraient déjà une faible tendance à la coopération. Les filles, à qui on représente comme épouvantables les problèmes de l'amour, de la procréation et de l'accouchement, sont menacées du même danger. Le problème économique non résolu pèse d'un poids énorme sur le sentiment social en voie de développement. Le suicide, le crime, les mauvais traitements infligés aux infirmes, aux vieillards, aux mendiants, les préjugés et une conduite injuste vis-à-vis de personnes, d'employés, de races et de collectivités religieuses, les actes de violence appliqués aux enfants, les disputes dans le ménage et les tentatives de toutes sortes faites pour mettre la femme dans un état d'infériorité mettent prématurément un point final au développement du sentiment social. À côté de l'erreur qui consiste à gêner ou à maltraiter et négliger l'enfant, d'autres erreurs telles que faire étalage de sa fortune ou de sa naissance, favoriser l'esprit de caste dont les conséquences s'observent jusque dans les cercles les plus élevés de la société, mènent au même résultat néfaste. De nos jours, outre la nécessité de rendre à l'enfant sa place dans la communauté, la seule chose qui puisse aider à lutter contre de tels dangers est l'explication fournie en temps convenable du fait que jusqu'à présent nous n'avons encore atteint qu'un niveau relativement bas en ce qui concerne le sentiment social, et qu'être un véritable être humain c'est considérer comme son devoir fondamental de collaborer à la solution de ces méfaits pour le bien de la collectivité et ne pas attendre cette solution du mythe d'une tendance évolutionnaire ou d'effort de la part des autres. Des essais, même entrepris avec les meilleures intentions en vue d'obtenir un meilleur développement social par le recours intensifié d'un de ces maux tels que la guerre, la peine capitale ou les haines raciales et religieuses, amènent invariablement dans les générations suivantes une chute du sentiment social et par là une aggravation notable des autres maux. Il est intéressant de constater que ces haines et ces persécutions mènent presque régulièrement à une dévalorisation de la vie, de l'amitié et des rapports amoureux, faisant ainsi ressortir et nettement constater la baisse du sentiment social.

J'ai fourni suffisamment d'arguments dans ce qui précède pour faire comprendre au lecteur qu'il s'agit ici d'une explication scientifique, lorsque je souligne que l'individu ne peut se développer convenablement et faire des progrès que s'il vit et s'il aspire au succès en tant qu'élément de l'ensemble.

Les réfutations superficielles des systèmes individualistes se montrent vraiment sans importance en face de cette conception. Je pourrais aller plus loin et montrer comment toutes nos fonctions sont calculées de façon à relier l'individu à la société et à ne pas gêner les bonnes relations d'homme à homme. Voir signifie assimiler, et faire son profit de tout ce qui s'imprime sur la rétine. Ceci n'est pas seulement un processus physiologique, mais montre que l'être humain n'est qu'un élément d'un ensemble qui reçoit et qui donne. Par la vue, l'ouïe et la parole nous nous mettons en contact avec les autres. L'homme ne voit, n'entend et ne parle vraiment bien que si son intérêt le lie aux autres dans le monde qui l'environne. Sa raison, son sens commun subissent le contrôle de ses semblables, de la vérité absolue, et visent à la justesse éternelle. Nos sentiments et nos conceptions esthétiques, qui contiennent peut-être le plus puissant ressort pour créer de grandes œuvres, n'ont une valeur éternelle que si dans le courant de l'évolution ils conduisent au bien-être de l'humanité. Toutes nos fonctions organiques et psychiques sont développées d'une façon normale, juste et saine lorsqu'elles contiennent suffisamment de sentiment social et qu'elles sont adaptées à la collaboration.

Quand nous parlons de vertu, nous voulons dire que quelqu'un prend part à la collaboration ; quand nous parlons du vice, nous voulons dire que quelqu'un gêne la collaboration. Je pourrais encore démontrer que tout ce qui représente un échec est un échec parce qu'il gêne le développement de la société, qu'il s'agisse d'enfants difficiles, de névrosés, de candidats au suicide, de criminels. Dans tous ces cas on voit que la collaboration manque. Dans toute l'histoire de l'humanité on ne trouve pas de sujet isolé. Le développement de l'humanité n'a été possible que parce que l'humanité a été une collectivité et parce que dans sa recherche de la perfection elle a aspiré à devenir une société idéale. Ceci s'exprime dans tous les mouvements, dans toutes les fonctions d'un individu, qu'il ait trouvé ou non cette direction exacte qui caractérise dans le courant de l'évolution le sentiment social. L'homme est inexorablement guidé, empêché, puni, loué, favorisé par l'idéal social, ce qui fait que chacun non seulement est responsable de son aberration mais doit aussi expier. C'est une loi dure, véritablement cruelle. Ceux qui ont déjà développé en eux un fort degré de sentiment social sont constamment préoccupés d'adoucir les rigueurs de cette loi pour celui qui chemine d'une façon erronée, exactement comme s'ils savaient qu'un être humain s'est égaré dans le mauvais chemin pour des raisons que la psychologie individuelle a été la première à démontrer. Si l'homme comprenait comment il s'est égaré, en écartant les exigences de l'évolution, alors il abandonnerait cette voie, il se joindrait à la société.

Tous les problèmes de la vie humaine exigent, comme je l'ai montré, une aptitude, une préparation à la collaboration, témoignage le plus net du sentiment social. Le courage et le bonheur sont inclus dans cette disposition, et il est impossible de les trouver ailleurs.

Tous les traits de caractère démontrent le degré du sentiment social, suivent un certain chemin qui, d'après l'opinion de l'individu, mène au but idéal de supériorité - ce sont des lignes de conduite intriquées dans le style de vie qui les a formées et qui les éclaire sans cesse. Notre langage est trop pauvre pour exprimer par une seule parole les plus fines créations de notre vie psychique, comme nous le faisons en face des traits de caractère, omettant ainsi la diversité qui est cachée sous cette expression. Pour ceux qui se cramponnent à des mots, des contradictions semblent transparaître, ce qui fait qu'ils ne réaliseront jamais l'unité de la vie psychique.

Certains seront peut-être mieux convaincus par le simple fait que tout ce que nous considérons comme échec est caractérisé par un manque de sentiment social. Toutes les erreurs de l'enfance et de l'âge adulte, tous les traits de caractère défectueux dans la famille, à l'école, dans la vie, dans nos relations avec les autres, dans la profession et dans l'amour ont leur origine dans un manque de sentiment social; tout cela peut être passager ou permanent et se présenter avec des milliers de variantes.

Une observation précise de la vie individuelle et de la vie collective, aussi bien dans le passé que dans le présent, nous montre la lutte de l'humanité en vue de renforcer le sentiment social. On ne peut faire autrement que de constater que l'humanité est consciente de ce problème et qu'elle en est pénétrée. Ce qui dans le présent pèse sur nous prend son origine dans une insuffisance et une imperfection de notre formation sociale. Ce qui nous pousse pour avancer dans la vie, pour nous débarrasser des erreurs de notre vie publique et de notre propre personnalité, c'est le sentiment social opprimé. Il vit en nous et essaye de percer, il ne paraît pas être suffisamment puissant pour s'affirmer envers et contre toutes les oppositions. Il y a lieu d'espérer que dans un temps lointain la puissance du sentiment social triomphera de tous les obstacles extérieurs, s'il est donné à l'humanité suffisamment de temps pour cette réalisation. À cette époque l'être humain manifestera son sentiment social comme il respire. Jusque-là il ne nous restera rien d'autre à faire qu'à comprendre cette évolution nécessaire des choses et à l'enseigner aux autres.

Annexe

Rapports entre conseiller et consultant

[Retour à la table des matières](#)

Notre conception fondamentale de l'unité du style de vie, façonnée dès la première enfance, conception que je connaissais déjà au début de mes travaux sans l'avoir comprise, m'a permis de supposer de prime abord que le consultant, au premier moment de son apparition, se présentera comme la personnalité qu'il est, sans le savoir. La consultation est pour le malade un problème social. Par conséquent chacun se présentera suivant sa loi dynamique. Le spécialiste versé dans la question peut souvent dès le premier coup d'œil se faire une idée du sentiment social de l'autre. La dissimulation ne sert pas à grand chose en face du psychologue individuel expérimenté. Le malade s'attend à beaucoup de sentiment social de la part du conseiller. L'expérience

nous ayant appris qu'on ne doit pas s'attendre à beaucoup d'intérêt social de la part du malade, on n'en exigera pas beaucoup non plus. Dans cet ordre d'idées on sera aidé considérablement par deux constatations : la première, que le niveau social n'est pas très élevé d'une façon générale; la deuxième, qu'on a généralement à faire à des gens qui ont été trop gâtés étant enfants et qui, même plus tard dans la vie, ne peuvent se défaire de leur monde fictif. On ne doit pas trop s'étonner que beaucoup de mes lecteurs aient admis, sans en être choqués, qu'on puisse poser la question : « Pourquoi dois-je aimer mon prochain ? » Après tout Caïn a posé une question semblable.

Le regard, l'allure du sujet, sa façon décidée ou hésitante de se présenter sont déjà très révélateurs. Si on s'est fait une règle d'indiquer une place donnée, un divan par exemple, ou d'arrêter un horaire strict, bien des choses nous échapperont. La première rencontre doit déjà fournir des indications du seul fait qu'on supprime toute contrainte. Déjà la manière de serrer la main peut attirer l'attention sur un problème défini. On constate souvent que les personnes qui ont été gâtées aiment s'appuyer contre quelque chose, que les enfants aiment se tenir auprès de la mère qui les accompagne. Mais comme pour tout ce qui met à contribution l'aptitude à la divination, il faudra là aussi se garder de règles rigides et procéder à une vérification soigneuse ; on préférera garder pour soi ce qu'on pense, pour pouvoir plus tard, après avoir bien compris de quoi il s'agissait, l'utiliser au moment opportun sans blesser l'hypersensibilité, du malade qui est toujours prête à se manifester. Incidemment on peut inviter le malade à s'asseoir où bon lui semble, sans lui imposer de siège précis. La distance par rapport au médecin ou au conseiller - comme cela se voit facilement chez les enfants à l'école - révèle beaucoup sur la nature des malades. De plus, il est important de bannir sévèrement à l'occasion de ces consultations et aussi en société la psychologie du « c'est ça » et d'éviter au début des réponses précises autant vis-à-vis du consultant que de sa famille. Le psychologue individuel, laissant de côté son aptitude intuitive à laquelle il est entraîné, ne doit pas oublier qu'il lui faut aussi fournir aux autres, qui n'ont pas son entraînement, la preuve qu'il a raison. Il ne faut jamais adopter une attitude critique vis-à-vis des parents et des proches de celui qui vient consulter, il ne faut pas désigner comme perdu mais plutôt comme traitable un cas, même lorsqu'on n'est pas disposé à s'en charger, à moins que des circonstances importantes exigent la vérité en face d'un cas absolument sans espoir. Il y a avantage à ne pas interrompre les mouvements d'un malade. Laissons-le se lever, aller et venir, fumer à sa guise. J'ai même donné à des malades, quand il y avait lieu, la possibilité de dormir en ma présence, lorsqu'ils le proposaient pour me rendre la tâche plus difficile ; par cette attitude ils employaient un langage aussi clair pour moi que s'ils s'étaient exprimés par des paroles hostiles. Le regard fuyant d'un malade démontre nettement qu'il est peu disposé à prendre sa part à la tâche commune qui rapproche médecin et malade. D'une autre manière ceci peut devenir frappant lorsque le malade s'abstient de parler ou qu'il parle peu, lorsqu'il tourne autour

du pot, ou qu'en parlant d'une façon incessante, il empêche le conseiller de placer un mot. À l'opposé d'autres thérapeutes, le psychologue individuel évitera d'avoir sommeil et de dormir, de bâiller, de montrer un manque d'intérêt, d'employer des paroles dures, de donner des conseils prématurés, de se laisser désigner comme dernière instance, d'être inexact, de se laisser entraîner dans une querelle ou de déclarer la guérison désespérée sous quelque prétexte que ce soit. Dans ce dernier cas, si des difficultés trop grandes apparaissent, il est recommandable de se déclarer comme trop faible et de suggérer d'autres qui sont peut-être plus expérimentés. Chaque essai pour se conduire d'une façon autoritaire fait mûrir l'échec, chaque fanfaronnade empêche la cure.

Dès le début on doit essayer d'établir la responsabilité de la guérison comme étant l'affaire du consultant, car, comme le dit justement un proverbe anglais : « Tu peux amener un cheval à l'eau, mais tu ne peux pas l'obliger à boire. »

Ce sera une règle stricte d'attribuer le succès du traitement et le mérite de la guérison non pas à celui qui a été consulté, mais au malade. Le conseiller ne peut que montrer les erreurs, c'est au malade de rendre vivante la vérité. Étant donné que, dans tous les cas d'échecs auxquels on a à faire, il s'agit, ainsi que nous l'avons vu, d'un manque de collaboration, il faut mettre en œuvre, dès le début, tous les moyens pour favoriser la collaboration du malade avec le conseiller. Il est évident que cela n'est possible que si le malade se sent à l'aise chez le médecin. Voici pourquoi ce travail collectif présente une importance capitale en tant que premier essai scientifique sérieux pour élever le niveau du sentiment social. Il est une chose entre autres qu'il faut strictement éviter, et qui est souvent exigée par d'autres conseillers, en cas de persistance du sentiment d'infériorité et en face d'un manque de confiance du malade vis-à-vis du médecin ; à savoir : de provoquer artificiellement, tout particulièrement par des allusions incessantes à des composantes sexuelles refoulées, ce courant psychique que Freud a appelé la transfert positif. Transfert exigé d'une façon formelle dans la cure psychanalytique, mais qui ne fait qu'imposer une nouvelle tâche au conseiller, celle de faire disparaître au mieux cet état artificiellement créé. Si le malade, qui est presque toujours un enfant trop gâté ou un adulte désireux de l'être, a appris à endosser la pleine responsabilité de sa conduite, le conseiller pourra facilement éviter l'écueil de se laisser glisser dans ce piège qui consiste à lui promettre une satisfaction facile et immédiate de ses désirs inassouvis. Étant donné qu'en général chaque fois qu'un désir est inassouvi ou irréalisable, cela est ressenti comme une brimade par ceux qui ont l'habitude d'être trop gâtés, je dois dire ici une fois de plus que la psychologie individuelle n'exige pas le refoulement de désirs, justifiés ou injustifiés; mais elle enseigne que les désirs injustifiés doivent être reconnus comme contraires au sentiment social et qu'on peut arriver à les faire disparaître, et non pas à les refouler, par une augmentation de l'intérêt social.

Une fois, un homme chétif me menaça de voies de fait. Il souffrait d'une démence précoce et j'ai pu le guérir complètement, alors que trois années avant mon traitement il avait été déclaré inguérissable. Je savais déjà à cette époque qu'il s'attendait avec certitude à être éconduit par moi et abandonné à son sort, comme il l'avait toujours été depuis l'enfance. Pendant trois mois, il resta calme et silencieux au cours des séances de traitement. Je saisis cette occasion pour lui donner des explications prudentes, autant que je le pouvais d'après le peu que je connaissais de son existence. Je reconnaissais dans son silence et dans des attitudes semblables une tendance à l'obstruction et je me rendis compte que je me trouvais devant une exacerbation de cette attitude lorsqu'il leva la main pour me frapper. Je décidai aussitôt de ne pas me défendre. Il s'ensuivit une nouvelle attaque au cours de laquelle une vitre fut brisée. Je pensai le plus amicalement que je pus une petite plaie saignante de la main du malade. Je ne conseille cependant pas à mes amis de s'en référer à ce cas pour se faire une règle stricte de cette façon d'agir. Lorsque le succès de la cure fut certain chez cet homme, je lui demandai : « Que croyez-vous, comment pouvions-nous, vous et moi, réussir à vous guérir ? » La réponse que je reçus devrait produire la plus forte impression dans tous les cercles compétents et elle m'a appris à sourire de toutes les attaques de la part de psychiatres ou psychologues de faible envergure, qui mènent leur guerre contre des moulins à vent. Voici ce qu'il me répondit : « C'est très simple, j'avais perdu tout courage de vivre, dans nos discussions je l'ai retrouvé. » Celui qui a saisi la simple vérité enseignée par la psychologie individuelle, à savoir que le courage n'est qu'un aspect du sentiment social, comprendra la transformation de cet homme.

Celui qui vient consulter doit avoir dans toutes les circonstances la conviction qu'il est absolument libre pour tout ce qui touche au traitement. Il peut faire ce que bon lui semble ou ne rien faire. Seulement, il faudra éviter de faire croire au malade qu'avec le début du traitement commence aussitôt la libération de ses symptômes. Un psychiatre avait affirmé, au début du traitement, à la famille d'un épileptique que si on le laissait seul le malade ne ferait plus d'attaque. Le résultat fut que le premier jour un fort accès dans la rue causa au malade une fracture du maxillaire inférieur. Un autre cas se déroula d'une façon moins tragique. Un garçon fut confié au psychiatre pour le traitement de sa tendance au vol et emporta à l'issue de la première consultation le parapluie du psychiatre.

Je dois faire encore une autre recommandation. Le médecin s'engagera vis-à-vis du malade à ne parler à personne d'autre des conversations qu'il a eues avec le malade - et tiendra cet engagement. Par contre le malade sera libre de parler de tout comme il lui plaira. Quelquefois, il est vrai, on risque qu'un malade se serve des éclaircissements donnés pour briller en société avec son savoir; mais on peut éviter cet écueil par une explication amicale. Ou bien

il peut en résulter des récriminations contre la famille, ce qu'il faut également prévoir pour faire comprendre d'avance au malade que sa famille n'est responsable que tant qu'il la rend responsable par sa conduite et qu'elle sera immédiatement libérée de toute responsabilité, dès qu'il se sentira guéri. De plus, il faut bien expliquer au malade qu'il ne peut exiger de la part de son entourage plus de savoir qu'il n'en possède lui-même et que c'est sous sa propre responsabilité qu'il a utilisé les influences de son entourage comme éléments pour développer son style de vie erroné. Il est aussi utile de mentionner que les parents, au cas où ils seraient fautifs, pourraient en rejeter la responsabilité sur leurs propres parents, ces derniers sur leurs grands-parents, etc. ; il n'existe donc pas de faute, du moins pas dans le sens que le malade attribue à ce mot.

Il me semble important de ne pas laisser germer chez le consultant l'opinion que l'œuvre de la psychologie individuelle doit servir à sa gloire et à son enrichissement. Trop d'empressement et trop de zèle pour gagner des malades sont nuisibles, ainsi que des propos défavorables, voire même hostiles à l'adresse d'un autre conseiller.

Un exemple de ce qui vient d'être dit suffira : Un homme me consulta pour une asthénie nerveuse, conséquence, comme j'ai pu l'établir, de la peur d'un échec. Il me déclara qu'un autre psychiatre lui avait été également recommandé, que d'ailleurs il voulait aussi le consulter. Je lui donnai l'adresse du confrère. Le lendemain il revint et me raconta sa visite. Le psychiatre après l'interrogatoire lui avait recommandé de l'hydrothérapie froide. Le malade répondit qu'il avait déjà subi cinq cures pareilles sans résultat. Le médecin lui conseilla de faire une sixième cure dans un établissement bien organisé qu'il recommanda particulièrement. Le malade répliqua qu'à deux reprises il y avait déjà été traité sans succès par des cures hydriques. Il ajouta qu'il avait l'intention de se confier à mes soins. Le psychiatre protesta et fit cette remarque : « Le docteur Adler ne pourra que vous suggérer quelque chose. » Le malade répondit : « Peut-être va-t-il me suggérer quelque chose qui me guérira » et prit congé. Si ce psychiatre n'avait pas été tellement possédé par son désir d'empêcher que la valeur de la psychologie individuelle soit reconnue, il se serait rendu compte qu'il ne pouvait pas empêcher ce malade de venir me voir et il aurait mieux compris ses réflexions pertinentes. Mais je prie mes amis de s'abstenir de réflexions désobligeantes vis-à-vis de leurs malades, seraient-elles même justifiées. Le lieu pour corriger des opinions erronées et pour défendre des conceptions justes doit être cherché dans la controverse libre de la science et par des moyens scientifiques.

Si après la première conversation il persiste un doute chez le malade, au sujet de savoir s'il doit continuer le traitement, il faut le laisser libre de se décider dans les jours qui suivent. Il n'est pas facile de répondre à la question habituelle concernant la durée du traitement. Je la trouve justifiée étant donné

que bon nombre de consultants ont entendu parler de traitements qui ont duré jusqu'à huit ans et qui se sont montrés inefficaces. Un traitement par la psychologie individuelle, à condition de la conduire correctement, devrait dans les trois mois montrer au moins un résultat partiel appréciable ; généralement déjà avant. Or étant donné que le succès dépend de la collaboration du malade, on a raison de dire, pour ouvrir la porte au sentiment social dès le début, que la durée du traitement dépend de la collaboration du malade et que le médecin, lorsqu'il a une certaine expérience en psychologie individuelle, est déjà orienté après la première demi-heure, mais qu'il doit attendre jusqu'à ce que le malade de son côté ait compris son style de vie et ses erreurs. On peut pourtant ajouter : « Si d'ici une semaine ou deux, vous n'êtes pas convaincu que nous sommes dans la bonne voie, je renonce au traitement. »

La question inévitable des honoraires présente des difficultés. J'ai vu bon nombre de malades dont la fortune assez importante avait fondu dans des cures antérieures. Il faudra se guider d'après les honoraires habituels, en soulignant l'effort et la perte de temps exigés par le traitement, mais il est recommandable, dans l'intérêt du sentiment social nécessaire, de s'abstenir d'exigences démesurées, surtout si elles peuvent faire tort au malade. Un traitement gratuit doit être exécuté avec une prudence qui ne laisse pas supposer au malade pauvre un manque d'intérêt pour son cas ; ce qu'il ne manquerait pas de noter dans la plupart des cas. Un forfait, même si cela paraît convenable, ou la promesse de payer après guérison, sont à refuser, non pas parce que cette dernière paraît incertaine, mais parce que de ce fait un nouveau motif est artificiellement amené dans les rapports du médecin avec le malade, qui entrave les conditions de succès du traitement. Le paiement devrait se faire toutes les semaines ou mensuellement, toujours à terme échu. Des exigences ou des demandes de quelque nature qu'elles soient gênent la cure. Même des petits services amicaux que le malade propose souvent lui-même, doivent être refusés aimablement, ainsi que les cadeaux ; du moins faudra-t-il remettre leur acceptation jusqu'à la guérison assurée. Des invitations mutuelles ou des visites ensemble sont à déconseiller pendant la durée du traitement. Le traitement de personnes apparentées ou de connaissances paraît plus difficile, étant donné qu'il est dans la nature des choses qu'un éventuel sentiment d'infériorité devienne plus pesant en face d'une personne connue. Le conseiller aussi ressent cette aversion en s'apercevant nettement du sentiment d'infériorité du malade et il doit faire de son mieux pour soulager le malade lorsqu'il en est ainsi. Si on a la chance, comme dans le cas de la psychologie individuelle, de pouvoir attirer l'attention uniquement sur des erreurs, jamais sur des défauts héréditaires, de toujours montrer qu'il y a une possibilité de guérison, de faire sentir au malade qu'il a autant de valeur qu'un autre, et de toujours insister sur le faible degré de sentiment social généralement rencontré, cela facilite considérablement le travail et fait comprendre pourquoi la psychologie individuelle ne se heurte jamais à cette grande résistance qu'ont rencontrée d'autres écoles. On comprendra facilement

que le traitement par la psychologie individuelle n'amène jamais de crises et si un psychologue individuel d'une compétence discutable, comme Künkel, considère comme indispensables ces crises, telles que l'ébranlement ou l'accablement du malade, il le fait uniquement parce qu'il les provoque d'abord artificiellement et d'une façon superflue. Aussi parce que d'une façon erronée, il croit ainsi faire plaisir à l'Église (voir Adler et Jahn, *Religion et psychologie individuelle comparée*). J'ai toujours considéré qu'il y avait un grand avantage à main tenir la tension pendant le traitement au niveau le plus bas possible et j'ai délibérément adopté cette règle de dire à presque chaque malade, qu'il existe des situations plaisantes qui ressemblent étonnamment à la structure de leur propre névrose, que cette dernière peut donc être considérée avec moins de sérieux qu'il ne le fait. Je dois faire taire malheureusement des critiques peu spirituels en ajoutant que pareilles allusions plaisantes ne doivent évidemment pas laisser s'éveiller le sentiment d'infériorité (que Freud aujourd'hui désigne comme étant particulièrement explicite). Des allusions à des fables, à des personnes historiques, et des citations de poètes et de philosophes aident à renforcer la confiance dans la psychologie individuelle et dans ses conceptions.

Dans chaque conversation on devra se rendre compte si celui qui vient consulter se trouve sur le chemin de la collaboration. Chaque mimique, chaque expression, ce qu'il a retenu ou négligé de la discussion, en témoignent. La compréhension exacte des rêves nous donne également la possibilité de calculer le succès, l'insuccès et la collaboration. Une prudence particulière est à recommander lorsqu'il s'agit d'inciter le malade à adopter une ligne de conduite particulière. S'il en était question, il ne faudrait ni la conseiller, ni la déconseiller, mise à part évidemment l'interdiction formelle de toute entreprise dangereuse, mais établir qu'on est bien convaincu de la réussite sans pouvoir pourtant juger exactement si le malade est déjà suffisamment avancé pour la réaliser. Une instigation quelconque, faite avant l'acquisition d'un sentiment social suffisamment élevé, se traduit généralement par le renforcement ou le retour des symptômes.

En ce qui concerne la question de la profession, on peut déjà procéder d'une façon plus énergique, non pas en exigeant l'acceptation d'une profession, mais en remarquant que le malade est mieux préparé pour telle ou telle profession et que là il pourrait avoir un certain succès. Il faut, d'une façon générale, à chaque pas dans le traitement, maintenir la direction de l'encouragement dans le sens de la conviction de la psychologie individuelle, conviction par laquelle tant de vanités injustifiées se sentent diminuées, à savoir : « Que chacun peut tout » (mis à part des records étonnants, sur la structure desquels nous ne pouvons pas dire grand-chose).

En ce qui concerne le premier examen de l'enfant difficile, je considère comme étant le meilleur de tous le questionnaire rédigé par moi et mes colla-

borateurs et que je fais suivre ici. Il est évident que seul pourra le manier correctement celui qui dispose de suffisamment d'expérience, qui connaît exactement les lois d'airain de la psychologie individuelle et qui a un entraînement suffisant dans l'aptitude à la divination. En l'employant il trouvera que tout l'art de la compréhension de la particularité humaine consiste à saisir le style de vie créé dans l'enfance de l'individu, à réaliser les influences qui étaient à l'œuvre au moment de sa création et à voir comment ce style de vie se manifeste quand il est aux prises avec les problèmes sociaux de l'humanité. A ce questionnaire datant d'il y a quelques années, il y a encore lieu d'ajouter qu'il faut établir le degré d'agressivité, l'activité et qu'il ne faut pas oublier que l'énorme majorité des échecs infantiles sont la conséquence d'une éducation qui gâte trop l'enfant, ce qui augmente constamment sa poussée émotionnelle et l'incite ainsi en permanence à la tentation, ce qui lui rend difficile de résister à des séductions de toutes sortes, surtout lorsqu'il se trouve en mauvaise compagnie.

Questionnaire de psychologie individuelle pour la compréhension et le traitement des enfants difficiles

*Rédigé et commenté
par la Société Internationale de Psychologie Individuelle*

[Retour à la table des matières](#)

1) Depuis quand s'inquiète-t-on au sujet de l'enfant ? Quelle était la situation matérielle et psychique de l'enfant lorsque se manifestèrent pour la première fois ses défauts ?

Sont importants : les changements de milieu, les débuts à l'école, le changement d'école, le changement d'instituteur, la naissance d'un enfant plus jeune, les échecs à l'école, les nouvelles amitiés, les maladies de l'enfant et des parents, etc.

2) Avait-on auparavant remarqué quelque chose d'anormal chez l'enfant ? une faiblesse organique ou mentale ? de la lâcheté ? de la négligence ? la recherche de la solitude ? de la maladresse ? de la jalousie ? Fallait-il l'aider à

manger, à s'habiller, à faire sa toilette, à se coucher? Avait-il peur de rester seul? de rester dans l'obscurité? Est-il conscient de son sexe? Quels sont chez lui les signes sexuels primaires, secondaires, tertiaires? Comment considère-t-il l'autre sexe? Quel est le degré de son éducation sexuelle? Est-il l'enfant d'un autre lit? Ou enfant illégitime? A-t-il été en nourrice? Comment étaient ses parents nourriciers? Est-il encore en relation avec eux? A-t-il appris au bon moment à parler et à marcher? et cela sans difficultés? Sa dentition a-t-elle eu un développement normal? A-t-il éprouvé des difficultés pour apprendre à écrire? à compter? à dessiner? à chanter? à nager? S'est-il attaché particulièrement à une personne? au père? à la mère? aux grands-parents? à la bonne d'enfants?

Sont à noter la constatation d'une attitude hostile en face de la vie, quoi que ce soit qui puisse éveiller en lui un sentiment d'infériorité, les tendances à éliminer des difficultés, à exclure des personnes, les manifestations d'égoïsme, de sensibilité, d'impatience, d'émotivité, d'activité, d'avidité et de prudence.

3) A-t-il toujours fallu s'occuper beaucoup de lui? Quoi et qui craint-il le plus? Crie-t-il la nuit? Mouille-t-il son lit? Est-il autoritaire? et cela vis-à-vis de personnes plus fortes que lui ou seulement vis-à-vis des faibles? A-t-il montré un désir particulier de coucher dans le lit de l'un des parents? Est-il maladroit, intelligent? A-t-il été souvent taquiné et ridiculisé? Se montre-t-il coquet en ce qui concerne ses cheveux, son habillement, ses chaussures. Met-il ses doigts dans le nez? Ronge-t-il ses ongles? Est-il glouton, voleur? Présente-t-il des difficultés pour aller à la selle?

Par ces questions nous sommes éclairés sur la plus ou moins grande activité dont l'enfant a fait preuve pour acquérir une situation de supériorité; en outre nous saurons si la désobéissance a empêché de civiliser ses instincts.

4) S'est-il fait facilement des amis? Ou bien était-il querelleur et aimait-il à tourmenter gens et bêtes? Est-ce qu'il se lie à des personnes plus jeunes, plus âgées que lui, à des filles, à des garçons? A-t-il tendance à vouloir diriger? ou se tient-il à l'écart? Est-il collectionneur? Est-il avare, cupide?

Ceci concerne sa capacité à prendre contact avec les autres et le degré de son découragement.

5) Actuellement, comment est-il sous tous ces rapports? Quelle est sa conduite à l'école? Y va-t-il volontiers? Y arrive-t-il en retard? Est-il énervé avant de s'y rendre? Part-il précipitamment? Perd-il ses livres, son sac, ses cahiers? Est-il inquiet au sujet des devoirs et des examens? Oublie-t-il de faire ses devoirs ou s'y refuse-t-il? Gachet-il son temps? Est-il fainéant? indolent? Sait-il se concentrer un peu ou pas du tout? Trouble-t-il la classe? Quelle est son attitude vis-à-vis de son maître: critique, arrogante, indiffé-

rente ? Cherche-t-il l'aide d'autres personnes pour faire ses devoirs ou attend-il qu'on l'incite à les faire ? Se montre-t-il ardent pour la gymnastique ou les sports ? Se croit-il partiellement ou totalement incapable ? Lit-il beaucoup ? Quelle est sa lecture préférée ? Est-il en retard dans toutes les matières ?

Ces questions permettent d'approfondir la préparation de l'enfant pour l'école et le résultat chez lui de l'expérience scolaire. En outre, comment il réagit en face de difficultés.

6) Renseignements exacts sur les conditions de vie à la maison, sur des maladies existant dans la famille, alcoolisme, tendances criminelles, névroses, débilité, syphilis, épilepsie ? sur le standard de vie ? Y a-t-il eu des décès ? Quel âge avait l'enfant à ce moment ? Est-il orphelin ? Qui dirige la famille ? L'éducation est-elle sévère, critique, trop douce ? Donne-t-on à l'enfant une idée effrayante de la vie ? Comment est-il surveillé ? A-t-il des beaux-parents ?

Par là on voit l'enfant dans sa situation familiale et on peut deviner à quelles influences il est soumis.

7) Quel rang occupe-t-il parmi ses frères et sœurs ? Est-il l'aîné, le second, le cadet, enfant unique, garçon unique ou fille unique ? Existe-t-il des rivalités ? Pleure-t-il souvent ? Rit-il méchamment ? A-t-il tendance à décrier les autres sans raison ?

Important pour la caractérologie ; éclaircit l'attitude de l'enfant vis-à-vis de ses semblables.

8) Quelles étaient jusqu'à présent ses idées sur sa future profession ? Que pense-t-il du mariage ? Quelle est la profession des autres membres de sa famille ? Comment se présente le ménage de ses parents ?

Ceci permet des conclusions sur la confiance en soi et la confiance en l'avenir de l'enfant.

9) Quels sont ses jeux favoris ? ses histoires préférées ? ses personnages préférés dans l'histoire et dans la littérature ? Aime-t-il à troubler le jeu des autres ? Se laisse-t-il entraîner par son imagination ? Pense-t-il d'une façon réaliste et refuse-t-il les fantaisies ? Laisse-t-il libre cours à son imagination pendant le jeu ?

Ces questions donnent des indications sur les modèles que l'enfant choisit comme idéal pour s'élever.

10) Quels sont les premiers souvenirs ? Quels sont les rêves impressionnants ou se répétant souvent (rêver de planer, de tomber, d'être gêné, de manquer le train, de concourir, d'être emprisonné, cauchemars).

On y trouve souvent des tendances à l'isolement, des avertissements conduisant à une prudence excessive, des manifestations ambitieuses et la préférence accordée à certaines personnes, une tendance à prendre une attitude passive.

11) À quel sujet l'enfant se trouve-t-il découragé ? Se sent-il désavantagé ? Réagit-il favorablement vis-à-vis des marques d'attention et des louanges ? A-t-il des idées superstitieuses ? Recule-t-il devant les difficultés ? Commence-t-il différentes choses pour les abandonner rapidement ? Doute-t-il de son avenir ? Croit-il aux conséquences fâcheuses de l'hérédité ? A-t-il été systématiquement découragé par son entourage ? Est-il pessimiste ?

On peut ainsi savoir si l'enfant a perdu sa confiance en lui, s'il cherche sa voie dans une fausse direction.

12) A-t-il d'autres mauvaises habitudes ? Fait-il des grimaces ? Fait-il le bête ? le naïf ? le pitre ?

Tentatives peu courageuses pour attirer l'attention.

13) A-t-il des défauts de prononciation ? Est-il laid ? Maladroit ? pied-bot, rachitique ? a-t-il les jambes en X ou en O, est-il mal bâti ? obèse, particulièrement grand ? particulièrement petit ? A-t-il des défauts de l'appareil visuel ou auditif ? Est-il particulièrement beau ? Est-il mentalement arriéré, gaucher, ronfle-t-il la nuit ?

Nous touchons là aux difficultés de la vie que l'enfant en règle générale exagère. Il peut par là arriver à un état psychique de découragement permanent. Un développement pareillement faussé se trouve souvent chez les enfants très beaux. Ils arrivent à croire qu'on doit tout leur donner et qu'ils doivent tout obtenir sans effort et par là ils manquent de véritable préparation pour la vie.

14) Parle-t-il franchement de ses défauts, de son manque d'aptitudes pour l'école ? pour le travail ? pour la vie ? A-t-il des idées de suicide ? Y a-t-il une relation de temps entre ses échecs et ses défauts (enfant abandonné, création de bandes) ? Surestime-t-il le succès extérieur ? Est-il servile, hypocrite, révolté ?

Ce sont là des symptômes d'un profond découragement, survenant souvent après des essais infructueux pour réaliser des progrès, efforts qui devaient

échouer à cause d'une attitude mal appropriée, mais aussi faute de compréhension suffisante de la part de l'entourage. À la suite de la recherche d'une satisfaction factice substitutive sur un terrain d'activité secondaire.

15) Quel est le rendement positif de l'enfant ? le type visuel, acoustique, moteur ?

Indices importants puisque les intérêts, la préparation, les penchants de l'enfant peuvent montrer une direction à suivre autre que celle suivie jusqu'à présent.

En se basant sur ces questions, qui ne doivent pas être posées point par point, mais sous forme de conversation, jamais selon un modèle rigide mais d'une manière naturelle et progressive, on arrive toujours à se former une image de la personnalité qui permet de comprendre que les échecs sont non pas justifiés mais concevables. Ces erreurs constatées doivent toujours être expliquées avec bienveillance, avec patience et sans menaces.

Au cas où il s'agit d'échecs constatés chez les adultes, je considère comme précieux le questionnaire suivant. En le suivant l'initié obtiendra au bout d'une demi-heure déjà une large compréhension du style de vie de l'individu.

Mon interrogatoire suit, évidemment pas d'une façon rigide, un ordre qui présente une certaine analogie avec l'interrogatoire de l'examen médical. Mais grâce à la connaissance de notre système le psychologue individuel trouvera dans les réponses toute une série de renseignements dont on n'aurait pas tenu compte autrement. Voici approximativement cet interrogatoire.

1° De quoi vous plaignez-vous ?

2° Dans quelle situation étiez-vous lorsque les symptômes se présentaient ?

3° Dans quelle situation vivez-vous actuellement ?

4° Quelle est votre profession ?

5° Donnez-moi une description de vos parents, de leur caractère, de leur état de santé ; éventuellement de quoi sont-ils morts ? quels étaient vos rapports avec eux ?

6° Combien de frères et sœurs avez-vous ? Quel rang occupez-vous parmi eux ? Quelle était leur attitude vis-à-vis de vous ? Quelle est leur position dans la vie ? Sont-ils également malades ?

7° Qui était le préféré du père, de la mère ? Quelle a été votre éducation ?

8° Rechercher les signes indiquant qu'un enfant a été gâté avec excès, anxiété, timidité, difficultés pour prendre contact avec d'autres et se faire des amis, conduite désordonnée, etc.

9° Maladies de l'enfance et les attitudes auxquelles elles ont donné lieu dans l'entourage ?

10° Quels sont les premiers souvenirs d'enfance ?

11° Que craignez-vous ou que craigniez-vous le plus ?

12° Attitudes vis-à-vis du sexe opposé pendant l'enfance et plus tard ?

13° Quelle profession auriez-vous aimé exercer ? Si vous n'avez pas réalisé votre désir, pourquoi ?

14° Êtes-vous ambitieux, hypersensible, sujet à des accès de colère, pédant, autoritaire, timide, impatient ?

15° Comment se présentent les personnes de votre entourage actuel ? impatientes, coléreuses, affectueuses ?

16° Comment dormez-vous ?

17° Rêves (rêver de tomber, de planer, rêves se répétant, rêves prophétiques, rêves d'examen, de manquer le train, etc.).

18° Maladies des ascendants et collatéraux.

À cet endroit je voudrais donner à mes lecteurs un conseil important. Celui qui est parvenu jusqu'à ce passage, mais qui n'aurait pas entièrement compris l'importance de ces questions, devrait recommencer et se demander s'il n'a pas lu ce livre avec une attention insuffisante ou - que Dieu m'en préserve - avec une intention hostile. Si je devais commenter l'importance de ces questions pour la structure du style de vie, je devrais aussi recommencer tout ce livre. Ceci serait déplacé. Ainsi cet interrogatoire et le questionnaire concernant les enfants difficiles pourraient très bien se présenter comme test qui nous indiquerait si le lecteur a collaboré, autrement dit s'il a acquis suffisamment de sentiment social. Car la principale tâche de ce livre est de rendre le lecteur apte non seulement à comprendre ses semblables, mais aussi à saisir l'importance du sentiment social et à le rendre vivant en lui-même.

Fin.