

ЛОГОТЕРАПИЯ (В.Э.Франкл)

Теория личн. Франкла включает три осн. составляющие: учение о стремлении к смыслу, о смысле жизни и о свободе воли. Осн. тезис учения о стремлении к смыслу гласит: человек стремится обрести смысл и ощущает экзистенциальную фрустрацию или вакуум, если его попытки остаются нереализованными. Стремление к смыслу Франкл рассматривает как врожденную мотивационную тенденцию, присущую всем людям и являющуюся осн. движущей силой поведения и развития личности. Отсутствие смысла порождает у чел. состояние экзистенциального вакуума, являющегося причиной ноогенных неврозов. Последние коренятся не в психической, а в духовной сфере существования человека.

Гл. тезис учения о смысле жизни – жизнь чел. не может лишиться смысла ни при каких обстоятельствах; смысл жизни всегда может быть найден. С т. з. Франкла, смысл не субъективен, чел. не изобретает его, а находит в мире, в окружающей действительности. Франкли предлагает пути, посредством которых чел. может сделать свою жизнь осмысленной: 1) с помощью того, что мы даем жизни (в смысле нашей творч. работы); 2) с помощью того, что мы берем от мира (в смысле переживания ценностей); 3) посредством позиции, которую мы занимаем по отношению к судьбе, которую не в состоянии изменить. Соответственно выделяются три группы ценностей, творчества, переживания и отношения. Ценности, в свою очередь, представляют собой смысловые универсалии, кристаллизовавшиеся в результате обобщения типичных ситуаций, с которыми человечеству пришлось сталкиваться в истории. В нахождении смыслов человеку помогает совесть, являющаяся интуитивной способностью отыскать единственный смысл ситуации.

Осн. тезис учения о свободе воли гласит, что чел. свободен найти и реализовать смысл жизни, даже если его свобода ограничена объективными обстоятельствами. Речь идет о свободе чел. по отношению к своим влечениям, наследственности, факторам и обстоятельствам внеш. среды. По Франклу, чел. свободен потому, что обладает двумя фундам. психол. характеристиками: способностью к самотрансценденции и к самоотстранению, т. е. возможности выйти за пределы самого себя, подняться над ситуацией, посмотреть на себя со стороны. Свобода, с т. з. Франкла, тесно связана с ответственностью, прежде всего за правильное нахождение и реализацию смысла своей жизни.

Психотерапевтич. аспект Л. состоит в помощи клиенту найти утраченный смысл жизни и тем самым избавиться от ноогенных неврозов.

Н. В. Чепелева