ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СУСПІЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН

Наукова робота на тему:

«СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКА СПАДЩИНА ВІКТОРА ФРАНКЛА У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СУЧАСНОГО ЛІКАРЯ»

Студентки 6-го курсу 25 групи
1-го медичного факультету ЗДМУ
Кандибей Вероніки Костянтинівни

Запоріжжя
2021

ЗМІСТ

Вступ ……. 3
Розділ 1. Творчий шлях Віктора Франкла та генезис його соціально-філософського вчення…… 6
Розділ 2. Соціально-філософська специфіка екзистенційного психоаналізу та логотерапії Віктора Франкла……. 15
Розділ 3. Практичне використання соціально-філософської спадщини Віктора Франкла в роботі сучасних лікарів……. 23
Висновки …… 30
Список використаної літератури ……. 31

ВСТУП

«Я бачив сенс свого життя в тому,
щоб допомагати іншим побачити сенс
в своєму житті…»
В.Франкл.

Актуальність. Творчість Віктора Франкла активно вивчається, адже він зробив значний внесок у філософсько-психологічну думку XX сторіччя. Неструктурованість та амбівалентність щодо розуміння того, що таке особистість до сих пір залишається великою проблемою для науки, в той час, як сучасність робить нам все більше викликів і вимагає все більше відповідей на свої питання. Сучасний світ характеризується втратою тих смислів, які так довго були недоторканими для людства, а тепер стали крихкими і не надійними. Базові цінності суспільного устрою та самої особистості потребують нового бачення, а роботи Віктора Франкла дають нам можливість відродити абсолютну цінність особистісного в людині.

В нашу техногенну, жорстоку та байдужу епоху, де час стрімголов, безжально летить вперед, так необхідно в гонитві за наживою залишатися людиною, сповненою доброти, милосердя, порядності.

В епоху соціальних мереж людство дедалі більше відходить від того, що дійсно можна назвати людяним. А майбутні лікарі, сьогоднішні студенти медичних університетів все більш глибоко починають відчувати необхідність отримати певні базові сенси та принципи, які б стали для них дороговказом та підтримкою у такій нелегкій справі як лікування, допомога іншим. Лікарі дедалі більше покладаються на інструментальні та лабораторні методи обстеження пацієнтів, і все частіше відходять від душевної розмови, добрих слів до своїх пацієнтів, ретельного зібрання анамнезу хвороби та життя, вважаючи, що на це просто немає часу, і що ці методи не є важливими. Сучасна людина постійно кудись поспішає, пришвидшуючи час, все більше прагне легкої наживи, легкого збагачення,

не бажаючи для цього працювати, покладаючись постійно на когось ще, а дехто, досягнувши певних висот, задирає носа та вважає себе найкращим, не бажаючи розвиватися далі та визнавати свої помилки. Нарцисизм та інфантильність – ось одні з тих глобальних проблем, які захоплюють сучасний світ. Деякі люди, орієнтуючись на гарну, «ідеальну» картину життя в соціальних мережах, відчувають розчарування у власному житті, не маючи змоги відповідати цим хибним стандартам, які пропонують нам люди популярної сучасної професії – блогери, зірки. І так постійно женучись за стандартами суспільства споживання, які нам надиктовують ЗМІ, соціальні мережі, за досягненнями, які так потрібні одній людині та, можливо, абсолютно й не потрібні іншій, люди, а особливо молодь, втрачають себе, свою особистість, не прислухаються до власної душі: що ж насправді потрібно їм, а не масовим трендам. І, коли такі люди не мають змоги досягнути усіх тих хибних, надиктованих сучасністю ідеалів, коли в деяких із них із часом відкриваються очі, вони починають відчувати себе глибоко пригніченими та нещасними, бо їхнє життя просто втрачає сенс, стає сповненим безглуздих дій та безглуздих очікувань. Так і формується екзистенційний вакуум, про який писав свого часу та з яким активно боровся відомий австрійський психіатр, психолог і невролог, колишній в'язень нацистського концентраційного табору Віктор Еміль Франкл. Ця людина вражає своєю внутрішньою силою, своєю незламністю, відданістю справі, гідністю душі, милосердям і добротою, за допомогою яких було врятовано тисячі людських життів. Це не просто теоретик певної методики, це, в першу чергу, людина, яка відчула на собі справжню жорстокість, витерпіла чималу кількість страждань, пройшла через пекло 4-х концтаборів, не зламавшись та зробивши вибір навіть у нелюдських умовах – залишитися справжньою Людиною. Віктор Франкл – історична, знакова особистість, яка залишилася гідною, не втратила своєї справжньої людської сутності навіть перед обличчям смерті та найжорстокіших випробувань долі. Він став тим, хто надавав і продовжує надавати в своїх

роботах, книгах, послідовниках, людям останню надію, рятувати їх, допомагати знаходити сенс свого життя та своє призначення в цьому світі.

Ця видатна, знакова особистість відома як творець логотерапії – методу екзистенційного аналізу, який може бути визначений як феноменологічно особистісно-орієнтована психотерапія, що ставить своєю метою допомогти людині вільно та повно проживати своє життя, вийти на автентичні установки та актуалізувати власну відповідальність по відношенню до власного життя і світу.

Об'єктом даної роботи являється філософсько-психологічне вчення Віктора Франкла.

Предмет дослідження: ідея особистості в контексті екзистенційного психоаналізу та логотерапії В. Франкла, як соціально-філософський інструментарій пізнання природи сучасної людини.

Мета дослідження: виявити актуальні для професійної діяльності лікаря аспекти філософсько-психологічного вчення Віктора Франкла та довести необхідність їх застосування для підготовки лікарів під час отримання вищої медичної освіти.

Завдання: 1. Проаналізувати творчий шлях Віктора Франкла та ґенезу його вчення про особистість та суспільство. 2. Виявити основні аспекти соціально-філософської методології гуманістичного психоаналізу В. Франкла для пояснення поведінкових стандартів людини в умовах соціально-економічної нестабільності сучасного світу. 3. Окреслити можливості практичного застосування соціально-філософської спадщини В.Франкла в професійній діяльності сучасного лікаря.

Розділ 1. Творчий шлях Віктора Франкла та генезис його соціально-філософського вчення.

Віктор Франкл народився 26 березня 1905 року у Відні, в єврейській родині цивільних службовців. В юному віці проявив інтерес до психології. Дипломну роботу в гімназії присвятив психології філософського мислення. Після закінчення гімназії в 1923 р. вивчав медицину у Віденському університеті, де пізніше вибрав спеціалізацію в області неврології і психіатрії. Особливо глибоко вивчав психологію депресій і самогубств. Ця тема не втрачає, на жаль, своєї актуальності й на сьогоднішній день і дедалі більше набуває обертів у наш непростий час [1].

Ранній досвід Франкла формувався під впливом Зігмунда Фрейда та Альфреда Адлера, однак згодом Франкл відійде від їх поглядів**.**

В. Франкл віддає належне вченням З. Фрейда, відзначаючи, що Фрейд і його послідовники вчать нас розуміти людину у всій її глибинній сутності, намагатися побачити що саме стоїть за нашими бажаннями, які несвідомі мотивації існують у нашому бутті, адже пізнавати природу людини, яка базується на пошуку і реалізації тільки задоволень, це дуже мало і досить обмежене бачення соціально-психологічної сутності буття людини.

На думку В. Франкла, згідно його екзистенційному аналізу і логотерапії, людина не заручник задоволень і потягів, людина приходить у світ створювати цінності, мораль, духовність, а це значить створювати свій власний сенс. Тому основним лейтмотивом і соціально-філософським інструментарієм наукової спадщини В. Франкла стає прагнення до пошуку сенсу, сенсу життя.

Тому В. Франкл відзначить, що не отримання задоволення є метою людських дій, а, навпаки, задоволення є наслідком, ненавмисним наслідком осмисленої дії.

В.Франкл вважав «прагнення до змісту» протилежним «прагненню задоволенням»: «Людині потрібний не стан рівноваги, спокою, а боротьба за яку-небудь мету гідну її» [2]. Ці люди були гідними своїх страждань, тому що

змогли зберегти свою свободу. Це справжній подвиг, в цьому їхня сила. Ми також повинні до останнього свого подиху наповнювати життя сенсом. Франкл назвав це «мистецтвом жити».

Люди нашого часу страждають від втрати сенсу свого життя, відбувається поступова підміна ідеалів і цінностей, люди втрачають себе, не відчувають свого призначення. Віктор Франкл наголошував під час одного зі своїх інтерв'ю в Торонто, що саме відсутність сенсу життя штовхає людей на злочини, жорстокість, тобто ці люди внутрішньо спустошені, вони не бачать вірного шляху [2].

У 1924 році він став президентом школи Sozialistische Mittelschüler Österreich, створив спеціалізовану програму підтримки для студентів в період отримання атестатів. У 1933-1937 рр. Франкл очолював так званий Selbstmörderpavillon - відділення щодо запобігання самогубств однією з Віденських клінік. Ця програма дала позитивний результат – за час роботи психолога зі студентами не було зафіксовано жодного випадку самогубства! Також у 1933 – 1937 роках Франкл працював в одній із віденських лікарень на посаді керівника відділу з запобігання самогубствам [1].

Також в одному зі своїх інтерв'ю Віктор Франкл згадував, що під час свого перебування в концентраційному таборі Аушвіц він мав дискусію з двома чоловіками, які задумали здійснити суїцид, бо втратили будь-яку надію на краще життя та спасіння. У той момент Віктор Франкл поставив їм одне питання: «Можливо, якщо ви не очікуєте нічого від життя, саме життя очікує чогось від вас?» І тут один із в'язнів згадав про доньку, яка так сильно його любила та чекала на нього вдома, а інший згадав про те, що він почав писати підручник із географії та ще не завершив розпочату справу. Після того, як в'язні усвідомили це, вони змінили свою думку та зрозуміли, що заради того, що одного з них чекає близька, любляча людина, а іншого – книжка, в яку він вклав частинку свого серця та яка ще

потребує доопрацювання, треба боротися, не здаватися, не опускати руки та жити попри все [2].

Франкл прагнув активізувати людське начало кожного хворого, позиціонуючи себе, як «лікар, що турбується про душу». Важливо, що Віктор Франкл не відмовлявся від релігії, як більшість тогочасних вчених, а, навпаки, був глибоковіруючою людиною і вважав, що «ціль психотерапії – зцілення душі, а ціль релігії – спасіння душі». Водночас Франкл був впевнений, що повинен допомогти кожному пацієнту, незалежно від його віросповідання чи його відсутності [3].

25 вересня 1942 р. Віктор Франкл, його дружина і батьки були депортовані в концентраційний табір Терезієнштадт. Саме там Віктор Франкл познайомився із лікарем Флейшманом, який думав про організацію психологічної допомоги в'язням, які тільки-но прибували до концентраційного табору. 19 жовтня 1944 р. Франкла було переведено в концентраційний табір Аушвіц, де він провів кілька днів і був далі спрямований в Тюркхайм**,** один із таборів системи Дахау, куди видатний вчений прибув 25 жовтня 1944 р. 27 квітня 1945 р. Віктор Франкл разом із іншими в'язнями був звільнений американськими військами. Він вижив та не зламався, взявши за девіз слова Фрідріха Ніцше: «Якщо є навіщо жити, можна витерпіти будь-яке як».

Повернувшись у 1945 році додому, Віктор Франкл впав у відчай, адже тут його чекала звістка про смерть його найближчих людей: дружини, батьків, братів, більшості друзів. Цей трагічний досвід став філософсько-емпіричною основою для створення нового методу екзистенциальної психотерапії — логотерапії. «Логос» він розумів не у значенні «слово» чи «вираз» (як у філософському вченні), а швидше як «сенс», «причину». Головним у вченні Франкла є твердження, що людина щаслива тільки тоді, коли має сенс життя. «В молодому віці я пройшов через пекло відчаю, переступаючи через очевидну відсутність сенсу життя, через крайній нігілізм. З часом я зумів виробити в собі імунітет від нігілізму. Так я

створив логотерапію» [3]. І саме метод логотерапії має на меті допомогти пацієнту в пошуках та усвідомленні прихованого сенсу власного життя шляхом його аналізу.

Логотерапія надає більший ефект, як профілактичний засіб, а не як лікувальний. Вона адресована до простої людини з вулиці для того, щоб запевнити її, що будь-яка ситуація має сенс. І тим самим допомогти людині реалізувати свої ресурси, свій потенціал, свою мету, вберегти її від можливого відчаю в тих ситуаціях, в яких вона може опинитися.

«Якщо Ви не визнаєте в молодої людини її бажання мати значення, її пошук сенсу, то Ви робите її гіршою, нуднішою, розчарованішою. Ви ще більше підсилюєте її розчарування. А якщо Ви припускаєте в цій людині, в цьому, так званому, кримінальнику, неповнолітньому злочинці або наркомані наявність хоча б іскри пошука сенсу, то тоді Ви викличите в нього це бажання, це відчуття, Ви змусите його стати тим, ким він в принципі може стати!» [2].

Віктор Франкл під час одного зі своїх інтерв'ю звертав увагу, що 16% молоді бачать сенс свого життя лише в тому, щоб гнатися за грошима, але все ж більшість молодих людей прагне відшукати сенс життя. Сам Франкл виявив декілька способів здобуття сенсу життя, які стали опорними в його концепції логотерапії. А згодом він розробляє основні логотерапевтичні методи: використання порівнянь, фокусування на пошуках сенсу, парадоксальна інтенція та дерефлексія.

Франкл вірив, що оптимізм щодо нашого майбутнього повинен базуватися на трагічних уроках минулого [3]. Ті, хто потрапляв до концентраційних таборів до кінця одразу не могли повірити в те, що це все відбувається з ними насправді, вони не могли усвідомити, що весь цей жах – це правда. Часто навіть перед стратою людина вважає, що це все помилка та її зараз звільнять. Такий стан у психології називається «маячнею помилування». Тобто, потрапивши у безвихідне становище, 1-ю фазою реакції людини є шок і неприйняття. Надалі, відчувши жорстокість і біль,

людина переходить до 2-ї фази – відносної апатії, коли вона просто стає байдужою до всього та відмовляється усвідомлювати всі жахіття, що відбуваються. Ті, хто виживає та перемагає життєві негаразди переходить до 3-ї фази – звільнення, коли людина просто не вірить, що знову стала вільною, коли її психіку настільки скалічено, що вона боїться навіть радіти буденним речам, вірити в те, що все відбувається насправді. Ці три фази й проходили в'язні концентраційних таборів, які й дослідив Віктор Франкл.

В соціогуманітарній літературі, в інтерв'ю з науковцем, дуже часто зустрічаємо відверті згадки Франкла. А саме, страшно й подумати, як люди в концтаборах страждали, через які муки пройшли: «Хто ніколи не голодував, той не зрозуміє, як то чекати півгодинної обідньої перерви, постійно думати, чи дадуть хліб, питати в бригадира (якщо він не злий) котра година? І розпухлими пальцями, які від холоду вже й не гнуться, обмацувати в кишені шматочок хліба, відламувати крихту, підносити до рота та тремтливо класти назад, адже «зранку я обіцяв собі витримати до обіду!» [2; 3].

Життя в концентраційному таборі дало можливість заглянути у самісінькі глибини людської душі. Людське – це сплав добра та зла. Межу, що розділяє ці два поняття, можна побачити навіть у безодні концентраційних таборів. Тут у людини можна забрати все, окрім того, щоб віднестись так або інакше до обставин. Хтось, не дивлячись на біль, змученість, нелюдські страждання, обмеження, ділився останнім шматком хліба, навіть якщо сам хотів їсти, підбадьорював товаришів добрим словом.

«Бачите: я вірю, що добропорядні люди завжди є та будуть у меншості. Вони будуть меншістю в нашому суспільстві, але хіба це не виклик для кожного з нас, щоб стати частиною цієї меншості? Хіба це не виклик: робити все можливе, тому що цей світ у поганому стані? - як я зазвичай кажу. Але він стане ще гіршим, якщо кожен із нас особисто не

буде старатися!» - так казати могла тільки людина з великим добрим серцем, попри всю жорстокість, яку їй довелося відчути на собі [2].

Вчений згадував, що серед охоронців табору були справжні садисти, які отримували задоволення від мук інших людей та свідомо знущалися з в'язнів. Згодом Віктор Франкл напише в одній із своїх книг щодо людей, які прагнуть до влади загалом та влади над іншими людьми: «Пошук сенсу – це базова потреба, і тільки той, хто розчарувався в пошуку – звертається до влади та задоволення. А найбільш груба, жорстка форма прагнення до влади – це насилля. З іншого боку, пошук задоволень, так зване прагнення до щастя – не тільки суперечить прагненню до сенсу, але й виявляється саморуйнівною стратегією, бо саме прагнення до щастя не дає змоги досягнути його, оскільки щастя – це продукт знайденого та реалізованого сенсу життя» [4].

Траплялися і винятки. Останнім наглядачем Франкла в таборі був чоловік, який жодного разу не підняв руку на підлеглих, навпаки, він за свої кошти таємно купував ліки для в'язнів, забезпечував їх їжею та одягом. Згодом у своїх спогадах Віктор Франкл напише про нього: «Із всього цього ми можемо зробити висновок, що на світі є тільки 2 раси людей, тільки 2: люди порядні або люди непорядні. Обидві ці раси розповсюджені повсюдно, і жодна з груп не має расової чистоти» [2].

Так Франкл зробив висновок, що добру людину можна зустріти усюди, навіть у тій групі, які заслуговує на загальне засудження: «Кожного разу вона (людина), вирішує самостійно. Не може бути й мови про те, що в концентраційному таборі людина необхідним і примусовим чином підкорюється тиску оточуючих умов, що формують її характер. Завдяки тому, що я в іншому зв'язку назвав «впертість духу», в нього зберігається й принципова можливість обмежити себе від впливу цього середовища» [2].

Не дивлячись на нелюдські страждання, отримані від подібних собі людських створінь, Віктор Франкл ніколи не втрачав віри в людину. Зрозуміло, те що робить війна з людиною – це просто жах! Знищується все ЛЮДСЬКЕ, але в наших силах залишитись ЛЮДИНОЮ, в будь-якій ситуації, бо тільки морально-духовне робить наше Я людським! – так жив і так думав науковець.

Тому, зимою та ранньою весною 1945 року, коли в таборах поширилась епідемія сипного тифу, В. Франкл, отримавши пропозицію попрацювати лікарем, відразу погодився. Бо розумів, «що все-одно рано чи пізно помре, тому краще встигнути допомогти товаришам хоч чимось. Медикаментів на всіх не вистачало, хвороба забрала багато життів, тому іноді все, що міг дати Франкл – це добре слово. Цим словом Франкл навчився рятувати життя. Він допомагав ув'язненим боротися з відчаєм, всіляко їх підтримував і завдяки цьому зменшилася кількість самогубств» [3].

Лікар Франкл бачив, як помирали люди, що втратили віру у майбутнє. Спостереження Франкла, що внутрішні переживання і розчарування викликають хвороби, підтвердив той факт, що за тиждень від Різдва до Нового 1945 року смертність в таборі збільшилася без об'єктивної на те причини. Люди, напевно щиро сподівалися, що до Різдва вже будуть вдома... Тому найстрашнішим є довести себе до стана: «Мені нічого чекати від життя» [3]. І тому основний висновок, через страшні страждання – це екзистенційний вибір – життя понад усе! Мудрець, лікар, філософ чітко розумів: «що виживають не сильніші чи фізично здоровіші люди, а ті, що плекають надію вийти зі стін табору, вірять у своє спасіння та чекають дня свого звільнення. Якщо життя має сенс, то має сенс і страждання. Воно є невід'ємною складовою життя. В'язні боролися і навіть їхні сльози були мужніми, бо в'язні мали мужність страждати» [5].

Після звільнення в'язні переживали сильне психологічне потрясіння, адже за всі роки очікування саме поняття свободи втратило для них свою

реальність, часто на волі колишні в'язні дізнаються, що їх нікому чекати, ілюзії розвіюються, вони стикаються з байдужістю, жорстокістю: «А заради чого ж я це все терпів?» [3].

Повернувшись додому, Віктор Франкл згодом напише у своїх спогадах рядки про те, що він відчув знову ставши вільним, але втративши найцінніше – свою родину. Вони зворушать до сліз мільйони людей, і серед них будуть ті, чиє життя було навіки скалічено страшним словом «війна». Віктор Франкл ніколи не звинувачував нікого в своїй непростій долі, в своїх стражданнях, розчаруваннях і втратах. Його душа не втратила своєї величі та гідності навіть, коли його життя було зруйноване вщент. Він переміг обставини, переміг нелюдські муки, залишившись людиною, допомігши іншим людям не втратити себе, знайти своє місце та своє призначення в цьому світі.

«Навіть під загрозою потрапляння до газової камери мене не залишала впевненість у тому, що життя має сенс. Навіть те життя має сенс, що було витрачене на злочини. Його сенс може бути відновлений навіть в останній момент», - так казав Віктор Франкл [2].

Франкл і на волі не шукав винних у своїх муках та стражданнях, нікого не засуджував. Навпаки, він намагався переконати колишніх в'язнів, що не треба прагнути помсти, ніхто не має права чинити самосуд, навіть той, хто від страшного самосуду страждав. Франкл шукав добро та був впевнений, що треба бути людяним та вміти прощати. І це позиція людини, в якої майже вся сім'я загинула в концтаборах!

Аналізуючи прожиті, непрості роки життя, він казав: «Жаль, що життя починається не зі смерті, тоді найстрашніше не чекало б нас попереду. З іншої сторони, смерть зовсім не є найстрашнішим, адже це та стадія, після якої більше нічого не може бути неправильним...» [2].

«Та якщо б ми всі були безсмертними, ми б не відчували цінності свого життя, не мали б розуміння того, навіщо потрібно спішити завершити певну справу саме зараз, не відкладаючи її на потім, адже потім

може більше ніколи не настати…Наше життя стало просто б безглуздим, ми б не боялися втратити його, близьких нам людей, не прагнули до пошуку сенсу, вірного шляху», – так думав і стверджував Віктор Франкл [2].

Як можна побачити з основних автобіографічних фактів із життя цієї видатної людини, доля та випробування тільки загартували його та допомогли стати знаковою людиною, знайти сенс свого життя та допомагати іншим людям знаходити його, знайти свій шлях обраної людини, займатися справою свого життя попри все те, через що йому довелося пройти.

Розділ 2. Соціально-філософська специфіка екзистенційного психоаналізу та логотерапії Віктора Франкла.

Віктор Франкл займався проблематикою, яка завжди знаходилась у точці дотику міждисциплінарних величин – філософії та психології. Він активно опрацьовував питання стосовно соціально-філософської аспектальності пізнання людини і суспільства, адже акценти ставив саме на цілісному розумінні людини, намагався показати, що людину потрібно досліджувати і вчитися бачити не тільки як психофізичне явище, але більшою мірою як духовну особистість, адже в царині духу й формується те, що називається Людиною.

Саме ці акценти необхідно ставити у своїй роботі лікарям, які намагаються реалізувати свій поклик допомагати людям, саме у такому ставлені до пацієнта реалізуються головні принципи всіх деонтологічних систем, які відомі людству з часів Гіппократа. І перше джерело в якому є можливість знайти методологічні засади соціально-філософського інструментарію, для практичної реалізації себе, як лікаря – це вчення В.Франкла про сенс життя. Феномен «сенсу життя» стає універсальним соціально-філософським інструментарієм пізнання буття людини і суспільства. Психоаналітична методологія В. Франкла презентує головний постулат про драматичне протистояння між розумом та пристрастю, через подолання якої тут визначається людина. І В. Франкл, намагається проаналізувати як допомогти людині відійти від персонажу «деструктивної особистості».

Людина не просто є вільною, вона вільна для досягнення конкретних цілей. Прагнення до сенсу є первинною мотивуючою силою. Якщо людина не має можливості реалізувати свій потенціал, її буде турбувати відчуття порожнечі та безглуздості. Також її можуть почати турбувати депресія, залежність, агресія, психосоматичні недуги та розлади невротичного характеру, що є надзвичайно актуальними проблемами в наш час.

За Франклом, існують такі способи здобуття сенсу: 1) дії, спрямовані зовні, наприклад, творча діяльність (цінності творчості); 2) переживання, відчуті людиною (цінності переживань і любові); 3) певна особиста позиція стосовно долі і подій, які людина неспроможна змінити: невиліковна хвороба, невиправна втрата, термінальний стан, смерть (цінності відносин) [6]. З огляду на це основне завдання логотерапії полягає у фокусуванні спільної уваги терапевта (лікаря) та клієнта (пацієнта) на пошуках і здобутті сенсу.

В. Франкл розробив основні логотерапевтичні методи: використання порівнянь, фокусування на пошуках сенсу, парадоксальна інтенція та дерефлексія. Розглянемо кожен пункт:

1. Використання порівнянь: клієнтам пропонують уявити своє життя у вигляді картин, що рухаються, і які знімають на кіноплівку, або уявити себе скульптором, час якого для створення своїх творів обмежено.

2. Фокусування на пошуках сенсу: підведення клієнтів до усвідомлення своєї відповідальності за знаходження сенсу.

3. Парадоксальна інтенція: клієнтам пропонують робити те, що вони більше всього бояться, супроводжуючи ці дії жартами. Метод парадоксальної інтенції рекомендовано для пацієнтів з обсесивно-компульсивними та фобійними розладами, що супроводжуються вираженим почуттям тривоги або нав'язливими страхами. І фобії, і обсесивні реакції (нав'язливі переживання) пов'язані з прагненням уникнути страхітливих ситуацій, тобто з гіперінтенцією стосовно їх. Цей прийом дає змогу подолати невротичну гіперінтенцію через її парадоксальне посилення.

4. Дерефлексія - техніка для боротьби з компульсивною тенденцією до самоспостереження. Вона спрямована на подолання невротичної гіперрефлексії. Вимушеність до самоспостереження є однією з причин зменшення спонтанності та природності поведінкових реакцій. Основне завдання дерефлексії - ігнорувати потяг до нав'язливого

самоспостереження та контролю. Для подолання страхів, побоювань, нав'язливої рефлексії із приводу можливих невдач (часто це призводить до розладів сексуального функціонування) використовують здібність клієнтів до самовідчудження, що виражається в гумористичних реакціях на власні страхи й компульсивні (внутрішні) реакції [3].

Віктор Франкл стверджував, що у людини можна відібрати все, окрім одного: останньої волі людини – вибирати своє ставлення до будь-яких обставин, вибирати власний шлях. Він сам є прикладом того, яким має бути гарний лікар. Франкл завжди був готовий прийти на допомогу, співчував чужим стражданням, втішав та підтримував хворих. Зі співчуття до однієї зі своїх пацієнток він раз на тиждень увечері приносив їй в палату едельвейс, який зривав під час занять альпінізмом. Турбуючись про інших, Франкл часто забував про себе та свої потреби. Франкл і з власного досвіду, і з досвіду своїх товаришів зробив висновок, що людина може витримати будь-який фізичний і душевний біль, пережити найважчі випробування та, навіть під загрозою смерті, не втратити своєї людяності. Людський дух є всесильним. Саме в таборі Франкл зумів якнайкраще вивчити людину. Він зрозумів, що в кожному з нас межує добро та зло, по-іншому бути не може, бо така наша сутність. На запитання, що ж таке людина, вчений відповів: «Це істота, яка винайшла газову камеру. Але водночас це істота, яка йшла в цю камеру з гордо піднятою головою, з молитвою на устах!» [3].

Віктор Франкл звертав увагу, що людина має бути особистістю, яка стоїть вище за те, що її обмежує і те, що її зумовлює. Людина є настільки людиною, наскільки вона виходить за межі власної природи та стоїть вище власних інстинктів і бажань. Вона може їх контролювати і підкорювати, а не бігти за ними. Людина на відміну від тварини має духовну сферу буття, і те, що протистоїть всьому соціальному, тілесному і навіть психічному в людині — ми називаємо духовним.

Людина завжди була вільною істотою, незважаючи на обставини. Свобода дає можливість людині бути "нелюдом" або святим. Свобода як атрибут буття — це якраз свобода від чогось, свобода для чогось [1].

У наш складний час, де люди постійно кудись поспішають, стають все більше стурбованими від купи справ, які не вдається вирішити через обмеженість часових ресурсів, вони все дедалі частіше починають страждати від розладів невротичного характеру, які згодом провокують виникнення соматичних захворювань, їхню хронізацію та ускладнення.

В. Франкл вважав людину творцем, котра все життя будує свою духовність. Людські вчинки він поділяв на три типи: 1. Ті, що сприяють творенню духовної особистості. 2. Ті, що руйнують духовність. 3. Котрі є байдужими стосовно духовності [8].

Віктор Франкл глибоко та докладно вивчав тематику соціальної деструкції людини і суспільства, а саме розглядав питання з психології депресій і самогубств. Дана проблема в наш час набирає дедалі більшої актуальності та значимості, і тому, для нас – майбутніх лікарів, розуміти природу кризових, психосоматичних станів людей дуже важливо, але ми розуміємо, що стресові ситуації, є пусковим механізмом багатьох хвороб.

Сучасні люди часто страждають від самотності, від того, що їх не хочуть чути близькі люди, друзі. Здається, ззовні все виглядає добре, так, як прийнято зазвичай: родина, діти, буденні справи, робота, навчання. Багато хто зараз прирівнює поняття «любові» до поняття «матеріальної забезпеченості»: якщо батьки забезпечують дитину всім необхідним, годують, одягають її, купляють все те, що вона хоче, вони вважають, що повністю зробили її щасливою або ж так само відбувається між дорослими людьми. Але чи є це, справді, щастям? А чи прислухаються дорослі до власних дітей і одне одного чи чують те, що відбувається всередині, про що болить душа, чи, можливо, розпоряджуються іншою людиною, як своєю власністю, не даючи їй право вибору самостійно, право бути вільним? Чи не боїться дитина, чоловік або жінка поговорити відверто

одне з одним і знати, що в будь-якому разі, вони будуть почуті, їх зрозуміють близькі люди, що їм не треба буде добирати потрібних слів, що їм не скажуть щось неприємне та образливе на якесь бажання піти кудись, вчитися за обраною спеціальністю, вчинити так, як підказує серце, а не суспільство, більшість? Звісно, кожен будує самостійно своє життя, має право обирати свій шлях, але, коли немає підтримки та внутрішнього зв'язку душ із рідними людьми, чи буде така людина відчувати себе щасливою, коли матиме все те, про що мріяла, до чого прагнула.

Ось така внутрішня самотність, позбавленість сенсу життя, мети і призводить до того, що люди часто відчувають себе не потрібними нікому, впадають у відчай, депресію, деякі навіть замислюються про суїцид. А це стимулює всі психосоматичні хвороби, які неможливо вилікувати без комплексного підходу не тільки до тілесних проблем, але й до болі душі. Поняття «відчаю» згідно Віктора Франкла – це страждання, що позбавлене сенсу. Якщо людина знаходить сенс свого життя, то вона починає відчувати цінність кожної хвилини, і навіть, переживаючи трагедію, вона має змогу завдяки внутрішнім ресурсам, відчуттю власного призначення на цій землі, прагненню до реалізації певної мети, перетворити трагедію на власний тріумф і перемогти відчай. Але людині треба зрозуміти, заради чого або кого, для чого або кого це все в кінцевому підсумку? Якщо вона не має розуміння для чого всі страждання, труднощі, втрати на її шляху, тоді їй значно легше залишити це життя, перестати боротися та чинити опір труднощам, і саме тоді в думках такої людини й з'являється думка про суїцид: «У нашому розпорядженні завжди залишається остання свобода – свобода вибирати наше відношення до ситуації. Як ми будемо реагувати на обставини, що не можливо змінити – вирішувати нам. І саме до тих пір, доки людина не зможе знайти сенс у стражданнях, вона буде схильна до відчаю та, іноді, до суїциду» [2]. Тобто це і є відчуття екзистенціальної фрустрації або вакууму, про які й писав Віктор Франкл.

XX ст. з погляду Віктора Франкла було періодом смисловтрати, коли людина втрачала інтерес до життя, не вбачала у ньому доцільності, вважала своє існування марним. Цікаво, що такі «діагнози» були притаманні людям високорозвинених і забезпечених націй [9]. Тобто чим більш високоосвіченою є людина, чим більше високорозвиненою та більш забезпеченою базовими потребами, тим більше вона й починає замислюватись над сенсом свого життя, над власним призначенням, чи правильним шляхом вона йде, чи те, що вона має потрібне їй насправді?

Із усього цього випливає, що сенс має змінюватись як від ситуації до ситуації так і від людини до людини. Немає такої ситуації, за якої не було б надано можливість знайти сенс. І немає такої людини, для якої життя не готувало б якоїсь справи [4, с. 38-40]. На думку Віктора Франкла, людину визначає не те, що про неї кажуть, чи що вона думає, а те, як вона діє, вчиняє, як реалізує свої можливості відповідаючи на виклики відповідального моменту. Людина стає тим, ким вона є, завдячуючи справі, яку вона робить (К. Яперс) [4, с. 59].

Віктор Франкл наголошує, що духовність, свобода та відповідальність – це три екзистенціали людського існування. Ще однією важливою цінністю є «Любов». В. Франкл акцентує увагу на тому, що не праві ті, хто стверджує, що любов засліплює. Навпаки любов дає прозріння. З точки зору виховання любов важлива, бо саме любов бачить і розкриває в іншій людині її можливу ціннісну перспективу. На його думку любов, і тільки любов, у спромозі побачити людину в усій неповторності, як абсолютну індивідуальність, якою вона є.

Середовище не може бути визначальним чинником у вихованні. Виховання залежить від того, як людина до цього середовища ставиться. Людина найменше за все є продуктом спадковості та оточення; людина у кінцевому рахунку вирішує сама за себе – підкреслює філософ. Тому, людина не тільки вчиняє у відповідності із тим, ким вона є, але й стає тим, відповідно до того як вчиняє [4, с. 114]. З огляду на це Франкл вважає, що

дія – це перехід можливості в дійсність, потенції в акт. Але ця дія та акт мають бути відповідальними. Перша інстанція перед якою ми несемо відповідальність є наша совість [4, с. 126].

Вкрай важливими для майбутнього лікаря є висновки щодо професіоналізму, які робить Франкл у своїх роботах. Становище, яке займає людина, її професія, абсолютного нічого не означають. Вирішальним є те, як людина працює. Чи відповідає ця людна місцю на якому знаходиться. Не має значення радіус дії людини. Важливим є те, чи справляється вона із своїми обов'язками. Звичайна людина, яка по справжньому справляється зі своїми обовязками, які ставить перед нею її становище у суспільстві, в сім'ї, не дивлячись на своє маленьке життя, більш велика, аніж великий державний діяч, який здатний визначати долі людей одним розчерком пера, але чиї аморальні рішення можуть нести в собі непоправне зло [4, с. 172].

Лікар несе на своїх плечах велику відповідальність. «Те, як людина виносить удари долі, як несе свій хрест, ту мужність, яку вона виявляє у стражданнях, шляхетність, яку вона виявляє будучи приреченою – все це є мірою того, наскільки людина відбулась як людина», - вважає Віктор Франкл. Він додає, що «життя людини наповнене і має сенс до останнього подиху. Людина зобов'язана постійно реалізовувати цінності і нести відповідальність. Людина сама визначає себе: чим/ким вона стане, з розрахунком обмежень здібностей та оточення, які вона має. Людина має в собі можливості стати і свинею, і святою, наголошував В.Франкл. Яка з них буде актуалізована, залежить від її рішення, а не від умов» [2].

Самогубство не тільки позбавляє можливості розвиватись і набувати досвіду у результаті власних страждань, але й позбавляє можливості заслужити прощення за те зло, яке людина приносила іншим. Віктор Франкл стверджує, що, самогубством не можливо розплатитись за минуле. Зводячи рахунки із життям, суїцидент прикінчує власне «Я». Філософ вважав, що той, хто вчиняє самогубство, подібний до шахіста, який,

зіткнувшись із дуже складним завданням, просто змахує фігури із дошки. Але ж у такий спосіб завдання не вирішується. Шахіст, вважає В.Франкл, наскільки дозволяють його можливості і суперник, мусить намагатись робити найкращий хід у даний момент життя [4, с. 184]. «Людина неповторна саме завдяки своєму відхиленню від норми, або середніх стандартів», - стверджує Віктор Франкл. Вчений писав: «Ховаючись і розчиняючись у натовпі, людина втрачає найважливішу із притаманних їй якостей – відповідальність. Справжня спільнота – це спільнота відповідальних людей» [4, с. 199]. Але, на жаль, розвиток сучасних технологій, дедалі більше користування соціальними мережами, всілякі розіграші з легкою наживою, легка доступність всього того, для чого раніше треба було довго, невтомно працювати, чого потрібно було досягати стимулює процвітання інфантильності та безвідповідальності. Так часто доросла на вигляд і вік людина, яка навіть вже може мати родину, виявляється перед обличчям труднощів маленькою, лякливою, безпорадною дитиною, ховається від них, боїться сміливо поглянути їм в обличчя та перемогти, така людина шукає прихистку з боку інших людей, перекладає свої проблеми та хвилювання на інших. І саме якраз метод логотерапії і здатен допомогти нашому суспільству, змусити його переосмислити свої вчинки, змусити нести відповідальність. Бо саме поняття дорослості й включає, в першу чергу, в себе поняття «відповідальності» за свої вчинки та слова, відповідальності за власне життя.

Розділ 3. Практичне використання соціально-філософської спадщини Віктора Франкла в роботі сучасних лікарів.

Надзвичайно насичений ритм життя, де люди кожного дня стикаються з чималою кількістю стресових факторів на роботі, вдома, стикаються з нерозумінням та відсутністю підтримки з боку найближчих і найрідніших людей, де кожен закривається, не бажає прислухатися та знаходити потрібні слова, стає пусковим фактором багатьох психосоматичних захворювань. Наприклад, сучасними науковцями був доведений зв’язок між рівнем стресу, нервового перенапруження та виникненням через певний проміжок часу таких хвороб, як: гіпертонічна та гіпотонічна хвороби, ішемічна хвороба серця, виразкова хвороба шлунку та дванадцятипалої кишки та деякі аутоумунні захворювання.

Це пов’язано з тим, що кожна людина успадковує певну спрямованість вегетативного гомеокінеза, який, у свою чергу, тісно пов'язаний з особистісними рисами, що сприяють формуванню соматичної патології. Під негативним психоемоційним впливом, який відіграє провідну роль у генезі чималої кількості захворювань, а, особливо, такої розповсюдженої кардіологічної патології, як артеріальна гіпертензія, що в подальшому призводить до серйозних наслідків із боку серцево-судинної системи, важливі також такі особистісні якості, як тривожність, депресія, відчуття страху під час симпатикозалежних захворювань, за їх рахунок через посилення симпатоадреналової активності послідовно й включаються патогенетичні механізми, що призводять до хвороб. Як можна побачити та зробити висновки: постійна внутрішня напруга, конфлікти, непорозуміння з оточуючими людьми, велике психоемоційне навантаження призводить до надмірної активації симпатичної нервової системи з виділення великої кількості гормонів стресу: адреналіну, норадреніну та інших, що з часом поступово виснажує ресурси серцево-судинної системи, а, коли страждає дана система, то з часом відбуваються

й патологічні зміни з боку інших органів і систем нашого організму. Крім того, людина, що має високий рівень напруження та стресу, виснажує власну імунну систему та стає надзвичайно сприйнятливою до багатьох хвороб. На відміну від людини, яка постійно перебуває в гарному настрої і має чимало позитивних емоцій щодня та внаслідок цього активує вироблення власним організмом гормону радості - серотоніну, що підвищує імунітет і стимулює захисні сили організму, стає стійкою до багатьох хвороб; людина, яка перебуває в стані хронічного стресу, напруги, часто починає відчувати тривожність, у неї формуються фобії, депресивні та інколи суїцидальні думки, що робить її надзвичайно сприйнятливою до соматичних хвороб, до яких би щаслива та радісна людина ніколи не була б сприйнятливою. А, зважаючи на те, що у наш час надзвичайно гострою є проблема суїцидів, з кожним днем число яких непомірно збільшується, слід навіть у лікуванні не тільки психічних і психологічних розладів, але й у лікуванні соматичних захворювань, користуватися психотерапевтичними методиками.

Віктор Франкл у своїх роботах наголошує на тому, що життя людини базується на 3-х основних принципах, що допомагають людині вижити та перемогти труднощі: сенс життя, сенс кохання, сенс страждання.

Сенс нашого життя є унікальним і специфічним тому, що він повинен бути і може бути здійснений тільки самою конкретно цією людиною. Кохання є єдиним способом зрозуміти іншу людину в найглибшій сутності її особистості. Навряд чи лікар допоможе віднайти сенс життя або осмислити силу кохання, але з третьою складовою – стражданням, лікар має безпосередній контакт і саме у цій сфері може допомогти пацієнту перемогти хворобу і перемогти свої слабкості.

Об'єктивний погляд на страждання, які відчуває людина, допомагає вижити в складних умовах. В. Франкл, який пройшов крізь пекло концтаборів, прийшов до найважливішого висновку про те, що навіть у найабсурдніших, найтяжчих і нелюдських умовах життя не безглузде, і

навіть страждання має сенс. Саме це розуміння й лягло в основу метода логотерапії. «Саме в тих випадках, коли людина стикається з нестерпною і неминучою ситуацією, коли вона має справу з долею, яку неможливо змінити, наприклад, із невиліковною хворобою, стихійним лихом або втратою близької людини, їй надається шанс здійснити найвищу цінність, осягнути найглибший сенс - сенс страждання. Бо найважливіше - це наше відношення до страждання, відношення, завдяки якому ми приймаємо це страждання, беремо його на себе» [2].

У чому ж секрет того, що праці Віктора Франкла не втрачають своєї актуальності й донині: саме в тому, що ця велика людина писала про власний досвід, про те, через що саме їй вдалося пройти. Він на власному прикладі показав, що навіть у найстрашніші хвилини свого життя, коли людина втратила все та не знає, що станеться наступної митті з її життям, вона все одно може та має змогу залишитися людиною та відшукати сенс свого життя, який їй надасть сили на боротьбу з обставинами, надасть сили перемогти їх, не зламатися.

«Людина не є сином свого минулого, але вона є батьком свого майбутнього. У руках кожного з нас сила та свобода, відповідальність приймати не просто якісь рішення, а саме правильні рішення», - так вважав Віктор Франкл [2].

Головні прояви екзистенціальної фрустрації - апатія і нудьга - стали серйозним викликом не тільки для психіатрів, але і для лікарів інших спеціальностей. В епоху екзистенціального вакууму, як ми вже сказали, медицина здатна зруйнувати людську особистість через медикалізацію і, в той самий час, навпаки, допомогти знайти ті унікальні смисли, що не руйнуються з падінням універсальних цінностей.

Вночі спливають на поверхню пригнічені екзистенційні проблеми. Сумління нагадує про них людині. Звідси те, що Франкл називає ноогенним безсонням. Люди, які страждають від нього, часто приймають снодійне: вони засинають у результаті, але стають при цьому жертвою

патогенного ефекту витіснення - витіснення не сексуальних, а екзистенційних фактів життя.

«Що може сильніше деморалізувати хвору людину, ніж думка про безглуздість своєї хвороби і свого страждання? Трагедія не в тому, що працівникам охорони здоров'я часом не вистачає мудрості для того, щоб допомогти хворому. Трагедія в тому, що проблеми навіть не розпізнаються тими, чий обов'язок - допомагати і втішати. Ось це і потрібно нашим пацієнтам - безумовна віра в безумовний сенс. Переважним методом лікування в кожному конкретному випадку визначається рівнянням з двома змінними: $\psi = x + y$, де x позначає унікальну особистість пацієнта, а y - настільки ж унікальну особистість терапевта. Іншими словами, не кожен метод з рівним успіхом застосовується до кожного пацієнта, і не кожен терапевт може з рівним успіхом використовувати будь-який метод» [2].

«Метод логотерапії – більше, ніж просто техніка, тому що неодмінно включає в себе елемент мудрості. Мистецтво і мудрість утворюють єдність, цілісність. Сьогодні, більш ніж будь-коли раніше, відчай, викликаний відчуттям безглуздості життя, перетворюється в загальну і нагальну проблему. Суспільство споживання створює нові потреби, щоб їх задовольняти. Але найголовніша потреба – базова потреба в сенсі, залишається не реалізованою для багатьох» [2]. А це є дуже важливим, тому що, коли потреба людини в сенсі задоволена, у неї з'являється можливість і готовність страждати, справлятися з фрустраціями і напруженнями і, якщо знадобиться, вона зможе навіть пожертвувати життям. Особистість вільна формувати власний характер, і саме людина відповідає за те, якою вона стає. У центрі уваги виявляється не характер, не пориви і інстинкти самі по собі, а позиція по відношенню до них. Здатність займати таку позицію і робить людину людиною.

«Невроз може бути психогенним, тобто неврозом в традиційному сенсі. Більше того, існують також соматогенні неврози. Наприклад, є

випадки агорафобії, викликані гіпертиреозом. І нарешті, є не менш значна група неврозів, яку можна назвати ноогенними. Вони кореняться в духовних проблемах, в моральних конфліктах або в конфліктах між істинною совістю і тим «Над-Я». Але ще важливіше, що ті ноогенні неврози, які відбуваються з фрустрації волі до сенсу, з того, що я назвав екзистенціальної фрустрацією, з екзистенціального вакууму. Я намагаюся довести, що наше буття руйнується без «сильної ідеї» (якщо скористатися терміном Фрейда) або сильного ідеалу. Володіння цінностями полегшує людині пошук сенсу, оскільки хоча б в типових ситуаціях вона позбавлена від прийняття рішень. Але, на жаль, за це спрощення теж доводиться платити, оскільки, на відміну від унікальних сенсів, унікальних ситуацій, цінності можуть вступати в протиріччя між собою. Такі протиріччя між цінностями в душі людини викликає конфлікт цінностей, що відіграє важливу роль у формуванні ноогенних неврозів. Нині ми живемо у вік традицій, які руйнуються, традицій, що зникають, тобто замість створення нових цінностей в пошуках унікальних сенсів відбувається зворотнє: універсальні цінності знецінюються. Ось чому все більше людей опиняються бранцями порожнечі і безцільності, екзистенціального вакууму, як я звик це називати. І все ж, навіть якщо б разом зникли всі універсальні цінності, життя залишиться осмисленим, оскільки з втратою традицій нікуди не подінуться унікальні сенси. Жива, палка совість - єдине, що допомагає людині протистояти наслідкам екзистенціального вакууму, тобто конформізму і тоталітаризму», - так свого часу писав Віктор Франкл в одній зі своїх книг [10].

Мабуть, всю гідність цієї багатостраждальної душі можна виразити не менш гідними словами: «За успіхом, як і за щастям, не можна гнатися, – він повинен просто стати побічним ефектом любові та відданості великій справі чи іншій людині». Головне правило за Франклом – перестати думати про успіх! Треба тільки слухати, що каже нам совість та виконувати її поради, використовуючи всі свої знання та сили [2].

У наш складний час, де люди постійно кудись поспішають, стають все більш стурбованими від купи справ, які не вдається вирішити через обмеженість часових ресурсів, вони все дедалі частіше починають страждати від розладів невротичного характеру, які згодом провокують виникнення соматичних захворювань, стимулюють їхню хронізацію та ускладнення.

Неможливо лікувати щось одне, вибірково: тіло або душу, слід завжди застосовувати комплексний підхід у лікуванні пацієнтів, інакше не буде повного виліковування та успішного подолання хвороби та покращення душевного стану пацієнта. Без покращення саме душевного стану пацієнта та налаштування його на радісні емоції, а не на негатив, ми знову ж таки створюємо порочне коло хвороби: фізично людина завдяки медикаментозному лікуванню на деякий час стає знову здоровою, почуває себе добре, а згодом, через пригніченість та відчуття спустошеності, погані, депресивні думки та небажання жити й боротися, така людина знову починає хворіти. Тому сучасні лікарі мають бути обізнаними з сучасними психотерапевтичними методами. На жаль, у нашій країні психотерапевтичний метод логотерапії Віктора Франкла не застосовується, але, зважаючи на приклад цієї видатної, історичної особистості, його великі досягнення, описані в наукових працях по допомозі людям, які задумали вчинити самогубство або, які вже не мають бажання жити, боротися, не бачать сенсу свого життя; зважаючи саме на те, що цей метод не написаний теоретиком, а саме практично вистражданий у пеклі концтаборів, війни, нелюдських страждань самим його автором, завдяки якому вдалося врятувати мільйони людей, повернути їм радість і сили боротися та жити далі, знайти те, що поверне їх до життя в хвилину відчаю, примусить мобілізувати всі сили та вистояти, саме тому, я вважаю, що метод логотерапії Віктора Еміля Франкла має стати основоположним у лікуванні хвороб сучасної людини. Цей метод надасть змогу людям

мобілізувати внутрішні ресурси та сили, налаштуватися на позитивні емоції, що зможе стати запорукою ефективного лікування!

Свого часу Віктор Франкл свій досвід у лікуванні душ людей методиками логотерапії яскраво описав у книзі «Лікар і душа. Основи логотерапії». Застосовуючи та доводячи ефективність такого методу, як логотерапія, на практиці ця видатна людина допомогла багатьом людям, які страждали від станів тривожного неврозу, неврозу нав'язливих станів, меланхолії, депресії. Віктор Франкл до останнього вірив у своїх пацієнтів, успіх їхнього лікування, допомагав своєю методикою мобілізувати внутрішні ресурси людині, допомагав відшукати їй втрачений сенс свого життя або повернути його, знайти щось таке, заради чого людина захоче жити надалі та боротися з труднощами. На тому й базується всім відомий ефект плацебо: людина власною силою думки, власною беззаперечною вірою змушує працювати та допомагати своєму організму навіть звичайну пустишку, препарат, що не має клінічно доведеної ефективності. Саме віра та бажання самої людини, її внутрішні ресурси – найголовніший ключ до знань, як все-таки можна допомогти лікарям подолати найтяжчі хвороби і, здавалося б, зовсім безвихідні ситуації.

ВИСНОВКИ

Соціально-філософська спадщина Віктора Франкла є плідним, теоретичним підґрунтям для формування нового типу стосунків у сфері деонтології та філософії медицини, які направлені на формування прогресивного світогляду майбутнього медика: «Здорове збереження життя». На сьогодні ми чітко можемо заявити, що клініку не цікавлять здорові люди і це порушує той сучасний морально-духовний конструктивізм нової парадигми життя «Здоровий спосіб життя», який не може бути реалізован в умовах соціального розвитку нашої держави. І тому звернення до наукової спадщини В. Франкла, являє собою приклад, реалізації духовно-моральної складової професіоналізму в складних життєвих обставинах. Визначаючи соціально-філософську складову теоретично-практичної спадщини В. Франкла, ми прийшли до висновку, що універсальним світоглядним інструментарієм є пізнання смислу життя людини. В. Франкл своїм вченням довів, що не отримання задоволення є метою людських дій, а, навпаки, задоволення є наслідком, ненавмисним наслідком осмисленої дії.

Для В. Франкла, людина завжди є «чимось більшим», і він завжди переслідує мету знайти точки дотику з тією частиною нутра пацієнта, що «не вражене хворобою», і буде намагатися допомогти йому прийти до усвідомлення своїх можливостей і ресурсів. Основу ж логотерапевтичного підходу складають три філософсько-психологічних компонента: Свобода волі; Воля до змісту; Сенс життя.

Сучасні лікарі, на мою думку, мають бути не лише високоосвіченими, кваліфікованими професіоналами своєї справи, але, в першу чергу, людьми, які здатні співчувати, розрадити пацієнта в хвилини відчаю, надати йому надію, допомогти подолати страхи, надати психологічну допомогу. Для цього й слід опановувати різні психотерапевтичні методики, зокрема такі, підкріплені великим практичним, а не тільки теоретичним досвідом, методики логотерапії.

Універсальні константи сенсу життя, запропоновані В. Франклом дають нам можливість в найважчі часи кризи та невизначеності залишатись людьми як у своїй професії так і для суспільства в цілому.

Список використаної літератури.

1. Віктор Франкл. Матеріал з Вікіпедії — вільної енциклопедії. Стаття: Режим електронного доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%96%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80_%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D0%BB

2. Відеоінтерв'ю з Віктором Франклом. Режим електронного доступу: https://web.archive.org/web/20070818045201/http://www.viktorfrankl.org/e/audioE.html

3. Чир С. Віктор Франкл: Той, що знайшов істину // «Експеримент». Режим електронного доступу: https://samorozvytok.info/content/viktor-frankl-toy-shcho-znayshov-istinu

4. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: пер. с англ. и нем./ Общ. ред Л.Я. Грозмана и Д. А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

5. «Міжнародний день визволення в'язнів фашистських концтаборів. Слово про Віктора Франкла». Режим електронного доступу: https://zik.ua/news/2018/04/11/mizhnarodnyy_den_vyzvolennya_vyazniv_fashystskyh_kontstaboriv_slovo_pro_1302511

6. Каліна Н. Ф. «Логотерапія». Режим електронного доступу: https://pidru4niki.com/19140218/psihologiya/logoterapiya

7. Франкл В. Сказать жизни «Да!» Психолог в концлагере. / Виктор Франкл. – М.: Альпина нон-фикшн, 2009. – 80 с.

8. Осипова А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. – М.: ТЦ «Сфера», 2000. – 512 с.

9. Полегешко О. Психологія суїциду / О. Полегешко // Психолог. – 2006. – № 47. – С.23 – 30.

10. Франкл В. Воля к смыслу / Виктор Франкл. – М.: Альпина нон-фикшн, 2018. – 228 с.

11. Frankl V. The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy / Viktor Frankl. – London : Souvenir Press, 2012. – 272 p.

Анотація

Актуальність наукової роботи викликана аналітикою кризового стану соціопсихологічної природи особистості, в умовах сучасного постмодерного дискурсу. Пошук духовних, моральних шляхів вдосконалення самих себе, пошук основ соціальної культури, змушує шукати методологічне підгрунтя, яке дозволяє знайти відповіді на складні питання сьогодення. І тому, творчість Віктора Франкла дозволяє зрозуміти гуманістичний потенціал природи людини, і визначити абсолютну цінність особистісного в людині.

В. Франкл вражає своєю внутрішньою силою, своєю незламністю, відданістю справі, гідністю душі, милосердям і добротою, за допомогою яких було врятовано тисячі людських життів. Це не просто теоретик певної методики, це, в першу чергу, людина, яка відчула на собі справжню жорстокість, витерпіла чималу кількість страждань, пройшла через пекло 4-х концтаборів, не зламавшись та зробивши вибір навіть у нелюдських умовах – залишитися справжньою Людиною. Віктор Франкл – історична, знакова особистість, яка залишилася гідною, не втратила своєї справжньої людської сутності навіть перед обличчям смерті та найжорстокіших випробувань долі. Він став тим, хто надавав і продовжує надавати в своїх роботах, книгах, послідовниках, людям останню надію, рятувати їх, допомагати знаходити сенс свого життя та своє призначення в цьому світі.

Ця видатна, знакова особистість відома як творець логотерапії – методу екзистенційного аналізу, який може бути визначений як феноменологічно особистісно-орієнтована психотерапія, що ставить своєю метою допомогти людині вільно та повно проживати своє життя, вийти на автентичні установки та актуалізувати власну відповідальність по відношенню до власного життя і світу.

Об’єктом даної роботи являється філософсько-психологічне вчення Віктора Франкла.

Предмет дослідження: ідея особистості в контексті екзистенційного психоаналізу та логотерапії В. Франкла, як соціально-філософський інструментарій пізнання природи сучасної людини.

Мета дослідження: виявити актуальні для професійної діяльності лікаря аспекти філософсько-психологічного вчення Віктора Франкла та довести необхідність їх застосування для підготовки лікарів під час отримання вищої медичної освіти.

Завдання: 1. Проаналізувати творчий шлях Віктора Франкла та ґенезу його вчення про особистість та суспільство. 2. Виявити основні аспекти соціально-філософської методології гуманістичного психоаналізу В. Франкла для пояснення поведінкових стандартів людини в умовах соціально-економічної нестабільності сучасного світу. 3. Окреслити можливості практичного застосування соціально-філософської спадщини В.Франкла в професійній діяльності сучасного лікаря.