**ӘЛ-ФАРАБИ АТЫНДАҒЫ ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ**

**Философия және саясаттану факультеті**

**Философия кафедрасы**

**«Экзистенциализм» пәні бойынша қысқаша дәрістер**

**14-дәріс.** Франкл және логотерапия

**Дәрістің негізгі сұрақтары**:

1. В. Франклдың өмірі мен шығармашылығы
2. Логотерапия түсінігі мен өмірдің мағынасы
3. Махаббат пен өмірге құштарлық
4. Логотерапияның өмірлік тәжірибесі
5. Франклдың өмір мағынасын «табуы»

**Дәрістің мақсаты** – студенттерге Виктор Эмиль Франклдың  экзистенциализмдік ойлар туралы түсініктері беру, өмірдің мағынасы мәселесінің толғанылу деңгейін ұғындыру.

Виктор Эмиль Франкл (неміс. Viktor Emil Frankl; 26 наурыз 1905, Вена, Австрия-Венгрия 2 қыркүйек 1997, Вена, Австрия)-австриялық [психиатр](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%B0%D1%82%D1%80&action=edit&redlink=1), психолог, [философ](https://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84) және [невропатолог](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9D%D0%B5%D0%B2%D1%80%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3&action=edit&redlink=1), нацистік [концлагерьдің](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%86%D0%BB%D0%B0%D0%B3%D0%B5%D1%80%D1%8C%D0%B4%D1%96%D2%A3&action=edit&redlink=1) бұрынғы тұтқыны. Логотерапияның жасаушысы ретінде белгілі (сөзбе-сөз: мәнмен емдеу) - қазіргі әлемде экзистенциалды психология мен психотерапиядағы жаңа, қарқынды дамып келе жатқан бағыт және үшінші Вена мектебінің негізін қалаушы ([Фрейдтің](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A4%D1%80%D0%B5%D0%B9%D0%B4&action=edit&redlink=1) психоанализінен және [Адлердің](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D0%B4%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%96%D2%A3&action=edit&redlink=1) жеке психологиясынан кейін). Жас кезінде психологияға қызығушылық танытады. Гимназиядағы дипломдық жұмысын философиялық ойлау психологиясына арнады. 1923 жылы гимназияны бітіргеннен кейін Вена университетінде медицинаны оқыды, онда кейінірек неврология және психиатрия мамандануын таңдады. Франкльдің алғашқы тәжірибесі [Зигмунд Фрейд](https://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B8%D0%B3%D0%BC%D1%83%D0%BD%D0%B4_%D0%A4%D1%80%D0%B5%D0%B9%D0%B4) пен [Альфред Адлердің](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D0%BB%D1%8C%D1%84%D1%80%D0%B5%D0%B4_%D0%90%D0%B4%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%96%D2%A3&action=edit&redlink=1) әсерінен қалыптасты, бірақ кейіннен Франкл олардың көзқарастарынан алшақтады. Франкл социалистік жұмысшы жастарға қосылды және 1924 жылы Австрияның Социалистік оқушылар Одағының (Sozialistische Mittelschüler Österreich) Президенті болып сайланды. Осы лауазымда жұмыс істей отырып, Франкл студенттерге арнайы қолдау бағдарламасын құрды.Бағдарламаның сәттілігі Франклді Берлинге шақырған [Вильгельм Рейхтің](https://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%92%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%B3%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BC_%D0%A0%D0%B5%D0%B9%D1%85%D1%82%D1%96%D2%A3&action=edit&redlink=1) назарын аударды. 1933-1937 жылдары Франкл Вена клиникаларының бірінің өзін-өзі өлтірудің алдын-алу бөлімін Selbstmörderpavillon деп атады. Франкльдің пациенттері өз-өзіне қол жұмсау қаупі бар отыз мыңнан астам әйел болды. Алайда, 1938 жылы нацистердің билікке келуімен Франклға еврей шығу тегіне байланысты арийлік науқастарды емдеуге тыйым салынды. Франкл жеке практикамен айналысты, ал 1940 жылы Ротшильд ауруханасының неврологиялық бөлімін басқарды, онда ол да нейрохирург болып жұмыс істеді. Ол кезде бұл еврейлерге рұқсат етілген жалғыз аурухана болды. Франклдың күш-жігерінің арқасында бірнеше пациент нацистік эвтаназия бағдарламасы аясында жойылудан құтқарылды.

ХХ ғасыр ойшылы В.Франкл психоанализ бен экзистенциалиизм, персонализм мен прагматизм т.б. бағыттарды саралай келе, өмірдің мағынасы мәселесін зерделеп, өз ілімін тек теориялық қана емес, нақты өмірлік-тәжірибелік ілім ретінде «Логотерапия» деп атап, өмір туралы толғанысын оңды тұрғыдан шешуге бет бұрды.

Логотерапия психотерапияның бағыттарының бірі ретінде қалыптасты, ол өмірдің мағынасын іздеу мен түйсінуде қолдау білдіретін, адамның ғұмыр кешуінің мағыналық сипатын игеруіне бағытталған арнайы ілім болып құрылды. Ол үшін бастысы – адамның мағынаға деген ұмтылысын қалай мотивациялауға болатындығын түйсіну. Адамның нақты өмірінің мағынасы психотерпиялық әсер болып табылады, ал оны жоғалту – экзистенциалдық неврозға алып келеді, көңіл-күйдің түсуі мен өмірдің мағынасыздығына қарай жетелейді. Мағынаны кез-келген нәрседен, тіпті азаптан да табуға болады, сондай-ақ, түзетілмейтін қиындықтарға да адам өзінің оған деген қатынасын өзгерту арқылы да мағынаға қол жеткізуге болады. Мәселен, фашистік концлагерьдегі азап пен қудалау көргендер, тұтқындардың да рухани өсуге деген үміттері мен болашаққа сенімдері болды. Онсыз адамдарда өмір сүруге деген құлшыныс жойылып, берілуі тиіс еді. Осы тұста, В. Франкл сауал тастайды: «Өмірден бір нәрсе күтуге бола ма, жоқ па? Өмірдің өзі бізден не күтеді сауалдың өзі дұрыс емес пе еді?». Негізгі өмірдің мақсаты – біздің алдымызда тұрған кедергілерді жою емес пе? Әрбір адамның өзінде міндеттері мен қиыншылықтары болады, демек, әрбір жағдайдың өзіндік ерекшеліктері бар және ерекше шешімдерді керек етеді. Бірақ адамдарға сол азаппен келісуге де тура келеді, бірақ адам сол азапты жеңе алатын болса, ол жеке өзінің өсуіне мүмкіндіктер алады. Франклдың ойынша, өмірдің мағынасын түйсінуге деген ұмтылыс айқын қобалжуларды туғызады. Ол үшін ойша эксперимент жасауға болады: өзінің сүйікті музыкасын тыңдап отырған адамның құлағында әсем әуендер ойнайды, таза сұлулықты қабылдайтын сәттердегідей ол толқуларды өз басынан өткізеді. Әрі қарай сол адамдан сұрауға болады: «Сіздің өміріңізде мағына бар ма?». Ол: «Осындай бір сәттер үшін өмір сүруге тұрады»,-деп жауап береді. Осындай сәттің ұлылығын бүкіл өмірдің ұлылығымен салыстыруға болады: таудың биік жоталары да ең жоғары нүкте ретінде бағаланады. Осылайша, өмірде де оның мағынасы осындай шыңдар арқылы анықтала алады, бір ғана осындай әсерлер оны тұтастай жоғары мағынамен толтыра алады. Франкл үлкен мүмкіндікті иеленетін қобалжудың бір түрі махаббаты ерекше бөліп көрсетеді: «Махаббат – сүйкімділік қана емес, сиқыр. Махаббат сүйген адамға әлемді барлық көлемде аша алатын қосымша мағына береді, әлем ол үшін мүлде өзгеше сипатқа ие болады, ол әлемді өзінің сүйген адамы қандай деңгейде көретін болса, соншалықты түрде көре білу қабілетін береді. Махаббаттық сүйкімділік және оның сиқыры үшінші қыр болып табылады – махаббаттың ғажайыбы. Осы арқылы жұмбақтық іске асады, әлемге жаңа, жұмбақ, бір ғана, қайталанбайтын тұлға келеді, ол – нәресте». Бірақ тек махаббат қана өмірге мағына беретін ең тиімді жоба емес. Ешқашан да сүйікті болмаған және бұл сезімді бастан кешірмеген адамдар да бар, бірақ та олар да өз өміріне мағына бере алады. Адам өзінің өзгерте алмайтын азап шегуіне де байыпты ұстаным арқылы оған мағына бере алады. Адам өмірі өзінің ішкі мәні жағынан мүлде мағынасыз болуы мүмкін емес, өмір мағынасын ең соңғы демі біткенше сақтайды. Адам өзіне құндылықтарды жүзеге асыру міндетін алуы тиіс. Оның үш тобы бар: өмірлік қызметте жүзеге асады; олар әлемде қобалжу арқылы түйсініледі; адам тағдыр жазған, өзгертілмейтін жағдайға тап болғанда ғана жүзеге асады. Яғни, өмір тек қана қуаныш пен жаратуда ғана емес, азап шегуде де іске асады. Адам өз өміріне құдайға ашылу, ақиқатты тану мен өзінің қайталанбас даралығын түсіну арқылы, оны сүюмен де мағына бере алады.

Өмірдің мағынасы абстракция емес. Адам «өмірдің мағынасы неде» деген сауал тек өзіне қарата айтылғандығын түсінуі керек. Оған жауапты тек өз өміріне жауапкершілік алу арқылы ғана табуға болады. Өмір саған жауапкершілікте болуың қажет екендігі туралы хабар береді және ол логотерапиялық бұйрықтар арқылы естіледі: «Сен бірінші рет қателік жасап, қазір не істеуге талпынатын екінші рет өмір сүріп отырғандай өмір сүруің керек».

Франкл өзінің осыдай логотерапиясы арқылы торыққан мыңдаған адамға тәжірибе жүзінде де көмек берді, ол жаңа тәжірибелерді ашу, өмірдің өзінен мағына табу, тіпті азап шегу жағдайында да оған мән енгізу тәсілін ұсынады. (Өйткені, ол өзі де концлагерь жағдайын бастан өткізді). З. Фрейд кезінде ең бастысы жыныстық қанғаттанбаушылық сезімі болатын болса, Франк кезінде өмірден түңілушілік болды (бірнеше мыңдаған адамдардың концлагерьлерде болуы, екінші дүниежүзілік соғыс құрбандары т.б.). Адлер заманында кәдуілгі жеке тұлға кемістік кешенінен зардап шексе, Франклдың пацинеттері өмірдің абсолютті мағынасыздығы туралы толғайтын ішкі рухани дүниенің бостығына (қуыс кеуделікке) шағымданды. Сондықтан бұл үрдісті Франкл «экзистенциалдық вакуум» деп атады. (Өмірдің мағынасыздығынан азап шегу). Ол өмірдегі әзілдің өзіне мән берді.

Франклдың өмірдің мағынасын «табуы» өзі ұсынған логотерапиялық императивтер мен даналық сөздері арқылы ұсынылды: Бақыт басқа да емес, адамның өзінде өздігінен пайда болуы тиіс және оның артынан қуу арқылы емес, ол махаббат немесе басқа адамға берілуі тиіс ықпалдар арқылы өздігінен күтпеген мықты әсерлермен келуі тиіс. Ол нәтижелер келеді, келмесе, өйткені, біз ол туралы ойлауды да ұмытқан болып шығамыз. Бақыт көбелек сияқты, оны неғұрлым көбірек ауласаң, ол сенен қашқақтайды. Ал егер сен басқа нәрсеге назар аудасаң, ол сенің иығыңа келіп қонады.

Мұрагерлік өзін жасай алатын материал, пайдаланылатын немесе құрылысшыдан бас тартатын кірпіштер сияқты. Сіз түсінуіңіз керек, тұтас әлем – әзіл. Әділеттілік болмайды, бәрі де кездейсоқ жағдайда өтеді. Сіз барлығын салмақты түрде қабылдаудың ақымақтық екендігіне ғана көз жеткізгенде оны түйсіне аласыз. Әлемде ешқандай да ұлы мақсаттар жоқ. Бірақ олар жай ғана өмір сүреді, сақталады. Бұл жағдайда сіз қалай әрекет етесіз, бұл тіптен маңызды емес. Адамдық емес, жағдайда өмір сүру тек қана болашаққа ұмтылатындарға, өзінің өмірдегі орнын орындауды армандайтындарға ғана тағайындалған деген идеяларын Франкл логотерапиялық тәсілдердің құралдары ретінде бағамдайды.

**Өтілген материалдар бойынша бақылау сұрақтары**

1.Психология мен психотерапия – әлеуметтік-психологиялық құбылыс.

2. Психопатологияның институционалдануы

3. Өмірге деген оптимистік және пессимимстік көзқарастар

4. Логотерапия мен өмір шындығы

**Пайдаланылатын әдебиеттер:**

1. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник/Пер. с англ. и нем. Д.А. Леонтьева, М.П. Папуша, Е.В. Эйдмана.-М.: [Прогресс](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81_(%D0%B8%D0%B7%D0%B4%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE)),1990.-368 с.
2. Франкл В. Доктор и душа /Пер. с англ.-СПб.: Ювента, 1997.
3. Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия/Пер. с нем.-СПб.: Речь, 2000.
4. Франкл В. Воля к смыслу/Пер. с англ.-М.: Апрель Пресс; Эксмо-Пресс, 2000.-97 с.
5. Франкл В. Воля к смыслу/Виктор Франкл; пер. с англ.-М.: Альпина нон-фикшн, 2022.-228 с.
6. Франкл В. Психотерапия на практике/Пер. с нем.-СПб.:Речь, 2001.
7. Франкл В. Теория и терапия неврозов: Введение в логотерапию и экзистенциальный анализ /Пер. с нем.-СПб.:Речь, 2001.
8. Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный анализ: Статьи и лекции/ Logotherapie und Existenzanalyse. -М.:[Альпина нон-фикшн](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BB%D1%8C%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D0%B0_%D0%BD%D0%BE%D0%BD-%D1%84%D0%B8%D0%BA%D1%88%D0%BD),2016.-344 с.
9. Франкл В. Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная психотерапия/Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute.- Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2016.-96 с.
10. Виктор Франкл. Подсознательный бог. Психотерапия и религия /Viktor E. Frankl. Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion. -М.: Альпина нон-фикшн, 2022. -218 с.