

ВІКТОР ФРАНКЛ (1905–1997)

У цьому році світова психологічна спільнота відзначає сторіччя від дня народження Віктора Франкла – видатного психолога, засновника Третьої віденської школи психотерапії.

**“Я бачу смисл свого життя в тому,
щоб допомагати його знайти іншим”
(Віктор Франкл)**

Зигмунд Фрейд писав: “Якщо людина задумалася про смисл життя, то вона серйозно хвора”. Не менш відомий інший його вислів: “У своїх дослідженнях гігантської споруди людської психіки я зупинився у підмурівку”. Віктор Франкл не задовольнявся блуканнями “підмурівком” і створив власну теорію, школу, що діаметрально протилежна фрейдистській. На відміну від скептичної позиції віденського патріарха, саме пошук смислу життя він назвав шляхом до душевного здоров'я, а втрату смислу – головною причиною людських бід.

Віктор Еміль Франкл народився у Відні 26 березня 1905 року. У юності він зацікавився ідеями свого земляка Зигмунда Фрейда. За протекцією останнього в 1924 році статтю дев'ятнадцятирічного Франкла опублікували в “Міжнародному журналі психоаналізу”. Молодого дослідника привабили також ідеї Альфреда Адлера, котрий покинув лави фрейдистів задля заснування власної психотерапевтичної школи. Цей етап біографії відмічений публікацією Франкла у “Міжнародному журналі індивідуальної психології”. У 1927 році на підґрунті очевидних розбіжностей з колегами молодий науковець залишив Товариство індивідуальної психології. Ці роки знайшли відображення у його подальшій творчості: майже в усіх працях швейцарського вченого присутні Фрейд і Адлер як явні чи неявні опоненти. У зв'язку з цим він писав: “Фрейд і Адлер



Віктор Еміль ФРАНКЛ
(1905–1997)

належать історії, подальший розвиток залишив їх далеко позаду. Штекель вдало визначив стан справ, коли, пояснюючи своє ставлення до Фрейда, досить образно зазначив, що карлик, який стоїть на плечах велетня, може бачити далі, ніж сам велетень. У психоаналізі мовиться про принцип задоволення, в індивідуальній психології — про прагнення до статусу. Принцип задоволення може бути позначений як воля до задоволення; прагнення до статусу еквівалентне волі до влади. Але де приховане те,

що є найдуховнішим у людині, де природжене бажання останньої надати життю якнайбільшого значення, актуалізувати стільки цінностей, скільки це можливо, — де те, що я назвав би волею до значення? Ця воля до смислу – найлюдськіший феномен, адже тварина не переймається значенням свого існування. Однак психотерапія перетворює цю волю до смислу в людську слабкість, невротичний комплекс. Терапевт, який ігнорує духовну сферу людини, змушений ігнорувати волю до смислу, заперечує одне з найцінніших людських достоїнств”.

Проїшовши Першу і Другу віденські школи психотерапії, Віктор Франкл став на шлях створення власної — Третьої. Проте, перш ніж юнацькі ідеї оформилися у струнку концепцію, минули роки накопичення досвіду і важких життєвих випробувань. Своє юнацьке світосприйняття вчений описував так: “Молодою людиною я

пройшов через пекло відчаю, долаючи очевидне безглуздя життя і крайній нігілізм. З часом я зумів виробити імунітет проти нігілізму. Так я створив логотерапію". Цей термін Франкл запропонував ще у 20-і роки, у подальшому як рівноцінний він використовував термін "екзистенціальний аналіз". Дослідник спирався на тлумачення грецької основи: "логос" – "слово", причому не тільки як вербальний акт, а й як квінтесенція ідеї, значення, тобто того, що становить саме значення. Отримавши в 1930 році ступінь доктора медицини, Віктор Франкл продовжив роботу у сфері клінічної психіатрії, і до кінця 30-х років у статтях, опублікованих у різних медичних журналах, викристалізувалися основні ідеї, на засадах яких згодом постала будівля його оригінальної теорії.

З 1928 року науковець заснував у столиці Австрії Центр консультування молоді, який очолював упродовж десяти років. З 1930 по 1938 рік він входив у штат Нейропсихіатричної університетської клініки. Тоді у практичному форматі була розроблена техніка "парадоксальної інтенції" як психотерапевтичний інверсійний метод, що зорієнтований на підкріплення побоювань пацієнта і досягнення лікувального ефекту за принципом "від протилежного". У 1933 році Франкл провів дослідження "неврозу безробіття", яке має важливе наукове значення й донині.

Незадовго до приєднання Австрії до нацистської Німеччини вчений відмовився емігрувати до США, оскільки запрошення не поширювалося на його рідних, а Франкл вважав неприпустимим їх покинути. Тоді ж Зигмунд Фройд емігрував разом із дружиною й донькою і не потурбувався про сестер, які невдовзі загинули в концтаборах. Завдяки щасливому випадку, гестапівець, котрий оформляв відправку Франкла в концентраційний табір, виявився його колишнім пацієнтом і викреслив із списку його прізвище. У 1942 році про завідувача відділення Віденської єврейської лікарні імені Ротшильда доктора Франкла пригадали. Пройшовши через жахи концтаборів, зберігши себе, свою особистість, свою "упертість духу", як він називав здатність людини не піддаватися, не ламатися під ударами, Франкл одержав емпіричне підтвердження свого погляду на людину, і навряд чи є ще одна психологічна теорія особистості, що так особисто вистраждана і сплачена найдорожчою ціною. "Будь-яка спроба відновлення внутрішньої сили в"язня найважливішою умовою успіху, – пише вчений, – вимагає наявності мети у майбутньому. Той, хто не бачив

більше ні мети, ні значення свого існування, втрачав точку опори і незабаром гине".

Досвід цих страшних років Франкл описав у книзі "Психолог у концтаборі". Книга з 1942 по 1945 рік фактично "писалася" в думці, й одним із стимулів до виживання стало прагнення вченого зберегти її для нащадків. Як зізнавався згодом сам автор, книгу він писав з переконанням, що вона не принесе успіху і слави. Проте з усіх його праць саме вона стала найпопулярнішою. Після того, як книга вийшла в 1959 році англійською, вона витримала небачену кількість перевидань десятками мов по всьому світу, а загальний наклад її сягнув за 2,5 мільйони примірників. Усього Віктор Франкл написав 16 книг, сукупний тираж яких не підлягає підрахунку.

Післявоєнний час відмічений яскравим сплеском творчої активності вченого. Його книги – філософські, психологічні, медичні – з'являються одна за одною. Серед найзначніших робіт: "Доктор і душа", "Психотерапія та екзистенціалізм", "Воля до смислу", "Час і відповідальність", "Підсвідомий бог", "Практична психотерапія", "Людина у пошуках смислу". В 1946 році Франкл стає директором Віденської неврологічної лікарні, з 1947 починає викладати у Віденському університеті, в 1949 йому присуджують ступінь доктора філософії, в 1950 він очолює австрійське товариство психотерапевтів. У 60-і роки видання праць англійською принесло автору всесвітню славу. Франкл двічі об'їхав навколо світу з лекціями про логотерапію, побував у багатьох країнах, у тому числі і в СРСР. Помер всесвітньовідомий науковець у глибокій старості в рідному Відні.

На пострадянських теренах ідеї Франкла ще чекають справжнього визнання. Адже логотерапія – це не стільки техніка, скільки філософія. Його концепція не містить директивних рекомендацій і прийомів, адже значення свого життя кожна людина відкриває для себе сама. На відміну від скептичної позиції Зигмунда Фрейда, саме пошук смислу життя Віктор Франкл називав шляхом до душевного здоров'я, а його втрату – головною причиною не тільки нездоров'я, а й безлічі інших людських бід. Найвідоміша книга Франкла називається "Людина у пошуках смислу". Мабуть, саме так можна було б охарактеризувати і її автора.

"Людина не повинна запитувати, в чому смисл її життя, радше вона має усвідомити, що вона і є тим, до кого звернене це запитання" (В. Франкл).

Юрій МОСКАЛЬ

(за матеріалами Інтернет-видань)