

LOGOTERAPIJA IR DABARTIES ŽMOGUS

Šiuo metu psichologijoje žiūrimos trys pagrindinės kryptys : psichoanalitinė, behavioristinė ir humanistinė. Pirmoji (ortodoksinė psichoanalizė), pabrėždama instinktų svarbą žmogaus gyvenime, laikosi biologinio determinizmo. Antroji, per slyginę refleksų metodiką, išpažsta sociologinę (aplinkos) determinizmą. Trečioji, per aktyvaus «aš» sampratą, prieina prie asmeniško determinizmo. Ortodoksinė psichoanalizė (Freudas), nušviesdama pasmonų reiškinius, pirmoji surado psichinį ligų gydymo metodą. Behaviorizmas, studijuodamas aplinkos poveikį dsnius žmogui, bando juos taikyti auklėjimui — mokymui (neveiksmingai) ir kai kurių psichinių iškrypimų gydymui (gana veiksmingai). Gi humanistinė psichologijos šaka nagrinėja tuos klausimus, kurie teranda mažai vietos kitose sistemose. Pats patiria centras — individas, vertybės ir prasmės siekimas, laisvė, atsakomybė, meilė, kėryba, mirtis—tai keletas humanistinės psichologijos tematikos pavyzdžių, kurių svarstymu tikimasi sužmoginti psichologijos mokslus.

Treiosios šakos atstovai daugumoje priklauso taip vadinamai egzistencialinei psichologijai, savo teorija atsirmusiai ant egzistencialinės filosofijos pagrindų. Vieni iš jų (L. Binswanger, M. Boss, R. May) pagrindines prielaidas asmenybės supratimui pasiskolino iš Heideggerio ir Kierkegaardo ; kiti (Rogers, Van Kaam, V. Frankl) iš Husserlio fenomenologijos. Nors V. Franklio psichologija ir priklauso egzistencialistų grupei, vienoki kai kuo nuo jos grupės ir skiriasi. Šiam skirtumui pabrėžti Franklis savo sistemą pavadino logoterapijos vardu. Šis terminas apima ir teoriją, ir gydymo techniką. *Logos* (graikiškas žodis) reiškia prasmę, žodį, dvasią. Taigi logoterapija yra psichinį ligų gydymas prasmės pagalba¹. Logoterapija taip pat reiškia asmenybės teoriją, kurioje dvasinei (ne religinei) žmogaus dimensijai atiduota pagrindinė rolė. Užtat, aprašydami šią psichologijoje ir psichiatrijoje naują kryptį, atkreipsime dėmesį asmenybės teoriją, psichinį ligų hipotezes, terapijos metodus ir jų reikšmę dabarties žmogui aplamai.

¹ J. B. Fabry, *The Pursuit of Meaning: Logotherapy Applied to Life*, Bostonas 1968, 6 psl.

Asmenybės samprata

Logoterapija prileidžia, kad žmogus gyvena trijose plotmėse: biologinėje, psichologinėje ir dvasinėje. Pirmuose dviejuose asmenybės sluoksniuose žmogaus pasaulis susilieja su gyvūnų pasauliu. Užtat ten savitą žmogiškumo bruožą nerasime. Žmogaus asmenybės branduolys slypi trečioje, t. y. dvasiniame išsivystyme. Jų aukštumos psichologijos (kai kas logoterpiją ima taip vadinti) sekėjai ir kreipia savo dėmesį. Žinoma, ji nebando neigti kitos psichologijos mokslo šakį atsiekti rezultatų, o tik mągina juos pažinti aukštesnės dimensijos šviesoje. Gi šioje dimensijoje logoterapija mato tris pagrindines kolonas, remiančias žmogišką asmenybės pastatą. Jas V. Franklis šitaip pavadina: valios laisvę, prasmę ir gyvenimo prasmę².

Centrinis žmogaus veiksmų judintoju, logoterapistų sitikinimu yra prasmės potraukis. Polinkis malonumui (Freudas), pranašumui (Adler) ar išsivystymui (*self-actualization*, Maslow) patenkinti tik suradus gyvenimo prasmę. Atradus žmogišką egzistencijos prasmę, savaime atsiranda ir gyvenimo džiaugsmas, savimi pasitikėjimas bei savivertė. Priešingai, ieškant tik malonumo, paklystama vidinėje tuštumoje, nuobodulyje ir neviltyje. Laimis medžioklę visuomet paklika užburto rato pinklės: juo labiau ji vejama, juo greičiau ji nuobesėja. Tačiau, sutikęs su šia prielaida, kad pamatinis žmogaus polinkis yra prasmės troškimas, norisi klausti, kuo ir kaip tai troškulį galima numalšinti, tai yra, kur gyvenimo prasmę ieškoti?

Ši klausimą Franklis šitaip atsako: « Prasmės yra atrandamos, bet ne išrandamos »³. Tuomet jis nurodo, kad prasmę reikia ieškoti transsubjektyvinėje, žmogų supančioje tikrovėje, daiktų, asmenų ir idealų pasaulyje. Gyvenimas, kaip objektyvi tikrovė, pilnas prasmės arba vertybių, maitinantis mūsų dvasią. Nuo šių vertybių pasirinkimo priklausys didžiausios dalimi ir individo asmenybė. Net Freudas yra kartą išsireiškęs, kad « žmonės yra toli stipresni, kol jie remiasi stipria idėja »⁴. Jei gyvenama tik biologinėmis vertybėmis, pasiliekiama skurdžiais hedonistais. Jei remiamasi tik kitu nuomonėmis, tampama bestuburiais konformistais. Jei, nusisukus nuo Transcendencijos, ieškoma religinės ekstazės

² Y. B. Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, New Yorkas 1969, 16 psl.

³ Ten pat, 60 psl.

⁴ S. Freud, *Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, X t., Londonas, 113 psl.

chemikal pagalba, pakli nama gyvenimo akligatv. Jei siekiama ramios s žin s, neieškant teisyb s, pavirstama fariziejais, o besirpinant tik savo sveikata — hipochondrikais. Kitaip tariant, neištiesus rank objektyv pasaul, gyvenimo prasm s neapuo-piama.

James Oldo bandymai parod, kas atsitinka su žiurk mis, kai jos pasišoka « prasm s » ieškoti savyje. smeig s elektrodus žemutines žiurki smegenis (*hypothalamus*) Old išmok jas, paspaudus svert, paleisti elektros srov taip vadinamus pom gi centrus. Netrukus žiurkyt s prad jo t svert spaudin ti net iki 7.000 kart valand. Bet tos pa ios žiurkel s jau nebesidom jo nei maistu, nei lytiniais partneriais. Panašiai atsitinka su žmon mis naudojaniais narkotikus (ypa SD). Jie praranda atsakomyb s jausm, interes darbu bei šeima. Dirbtiniai rojai, nutraukdami individo ryšius su aplinka, sužaloja jo asmenyb.

Frankl sitikinimu, žmogus prasm s neatras vien tik mecha-niškai atliepdamas aplinkos diriguojamus pastiprintojus. Žmogiškos egzistencijos prasm pasiekiami tik laisvu pasirinkimu ir apsisprendimu. Vienok žmogaus pasirinkimo laisv yra ribota, kaip ribotas ir pats žmogus. Jis visuomet « nusviedžiamas » tam tikr viet laiko ir erdv s atžvilgiu. Jam duodamas taip vadinamas « egzistencinis pagrindas »: lytis, genetinis potencialas, ras, kult-rinis bei fizinis klimatas ir t.t. Tik šitokio « egzistencinio pagrindo » repl se žmogus gali pasiekti autentišk evoliucij. Vis d lto jos žmogaus likimo nenusprendžia. Kokie gyvenimo sm giai j beiš-tikt, galutiniai padariniai priklausys ne nuo s lyg, bet nuo žmo-gaus apsisprendimo. Š princip Franklis patvirtina ne laboratorij daviniais, bet vienkartinė savo gyvenimo patirtimi. «Koncentracij stovyklose, tose gyv j žmoni laboratorijose, steb jome ir mat me, kaip kai kurie iš m s draug elg si kaip kiaul s, tuo tarpu kiti — kaip šventieji. Žmogus savyje nešioja abi šias gali-mybes [tapti kiaule ar šventuoju]. Kuri iš j bus gyvendinta, priklausys nuo apsisprendimo, o ne nuo s lyg »⁵.

Aukštum psichologui laisv be atsakomyb s nesuprantama. Laisv nuo ko visada suponuoja laisv kam. B ti laisvam nuo aplinkos varžt, išsivaduoti nuo žemesni j prigimties polinki reiškia angažuotis pilnesniam žmogiškumui. Išsiveržti iš kit kontrol s reiškia pasiduoti savo paties valdai. Šia prasme didesn laisv veda didesn atsakomyb. Šia prasme, atskyrus laisv nuo atsakomyb s, išnyksta ir pats etinio integralumo pagrindas.

⁵ V. E. Frankl., *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, Bostonas 1962, 136-37 psl.

Be laisv s nebelieka atsakomyb s. Be atsakomyb s laisv išvirsta sauval . Asmuo gi gali jaustis atsakomingas sau, savo s žinei, savo kraštui, savo Dievui. Vienok, Franklio sitikinimu, galutiniu atsakomyb s pagrindu yra ne s žin , bet transcendentin tikrov , *ens personalissimum*, dieviškasis Tu ⁶. Šiuo teigimu logoterapijos k r jas atsistoja teistin s filosofijos pus je.

Mat me, kad, pagal teoretinius logoterapijos formulavimus, žmogus savo gyvenimo prasm s privalo ieškoti j supan i vertybi hierarchijoje, laisvu apsisprendimu joms angažuodamasis. Franklio sitikinimu es trys vertybi grup s, atvedan ios žmog prasming gyvenm : k rybin s, patirtin s ir santykio (elgesio) vertyb s ⁷. Šiame kontekste kiekvienas gerai atliktas darbas, kiekviena s žiningai išpildyta pareiga yra k ryba. Nesvarbu, k žmogus dirba, svarbu kaip jis t darb atlieka. Nesvarbu jo veikimo apimtis, svarbu tik, kad jis savo uždavini visumos nepalikt ne vykd s, o užpildyt t viet , kurion jis tapo «nusviestas». Taip per nesugr žinamai gyvenimo upe pratekan ius momentus, individas yra šaukiamas atlikti jam skirt misij , išpildyti jam duotus uždavinius. Atsiliepdamas tok gyvenimo šauksm , žmogus š t pasauliui duoda — kuria. Gi patirtin mis vertyb mis jis š t iš pasaulio ima. Pasiduodamas pavyzdžiui, gamtos grožio ar meno k rini kontempliacijai, patirdamas žmoni meil , asmuo savo gyvenim prasmingai praturtina. Vis d lto kilniausia gyvenimo prasm sutinkama tre iojoje grup je, santykio (elgesio) vertyb se. Ne visiems yra lemta džiaugtis k ryba, darbu ar žmoni meile. Visiems betgi skirta susitikti su neišvengiama gyvenimo trijule : kan ia, kalte ir mirtimi. Bet ir šiose kraštutin se situacijose žmogus turi galios neišvengiamos kan ios anglis paversti žibaniais sielos deimantais. Žmogaus persikeitimas neišvengiamo skausmo situacijose ir priklauso nuo jo nusistatymo kan ios ir gyvenimo atžvilgiu aplamai. Tokiu b du aukštum psichologijos r muose gyvenimas lieka prasmingas iki paskutinio gyvenimo atod sio. Su tokia paži ra žmog k no ir sielos gydytojas gali artintis prie kiekvieno ligoonio lovos.

Nugenin neuroz

Paprastai psichopatologiniai modeliai, aiškin psichines ligas, išplaukia iš asmenyb s teoretin s sampratos. Pagal tai mes sutinkame psichoanalitin -dinamin (Freud, Reichmann, Jung), behavio-

⁶ V. E. Frankl , *Der unbewusste Gott*, Viena 1949, 85 psl.

⁷ V. E. Frankl , *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, New Yorkas 1966, 43-45 psl.

ristin (Maher, Rotter), medicinin (dauguma psichiater), moralin (Mowrer), statistin-tipologin (Cattell, Eysenck, Guetrin), egzistencialin (May, Strauss, Boss, Binswanger, Laing), endokrinologin (Hoskins), psichofarmakologin (Uhr, Miller), genetin (Lejeune, Jacobs, Book Lindsten) ir kitus b d. Išimties nesudaro n logoterapija. Žirdama žmogaus asmenyb je tris sluogsnius (somaticin, psichin ir noetin), ji atitinkamai, etiologiniu požvilgiu, suranda ir tris neurozi grupes: somatogenin, psichin ir nugenin. Pirmoji kylanti iš vegetatyvin s nerv ir endokrinin s (liauk) sistem sutrikimo; antroji — iš psichini konflikt, ir treioji — iš dvasini sunkenybi bei moralini susikryžiavim. Taciau pats Franklis pripažsta, kad n ra psichin s ligos, kur neb t velti visi trys faktoriai. Užtat nes nei gynos somatogenin s, nei psichogenin s, nei nugenin s neuroz s. Es tik neuroz s su vienu vyraujan iu veiksnium. Diagnostikos uždavinys tod l ir b t surasti t vyraujant veiksnius. Sekdamas europietiškos psichiatrijos tradicij, Franklis tiki, kad ten, kur pirmin protin s ligos priežastis yra fizin, ten turime reikalo su psichoze; kur psichin — su neuroze, ir kur — dvasin, ten su nugenine neuroze. Maddis j dar vadina egzistencialine neuroze⁸.

Nugenin neuroz yra visai naujas klinikinis sindromas, kurio negalima apimti prastin mis diagnostikos kategorijomis. Kaip visos neuroz s taip ir ši turi kognityvin (pažinimo), emocin ir veikimin aspektus. Nugenima neurotikas nepaj gia tik ti ties; nemato jokios naudos, reikšm s bei svarbos savo užsi mimuose; nesiiinteresuoja jokiomis vertyb mis. Jo emocijose vyrauja apatija ir nuobodulys, o veiksmuose — menkiausia veiksm atranka. Jis užtat linksta daryti tai, kas mažiausiai reikalauja pastang ir apsisprendimo. Nugenin neuroz, tod l ir yra ne kas kita, kaip nusistov jusi beprasmiška apatiško ir betikslio gyvenimo patirtis, kurioje anga žavimasis, entuziazmas ir iniciatyva t ra tik retos išimty.

Tobulas nugenin s neuroz s pavyzdys bene bus Camus romano *L'Étranger* herojus Meursault. Jis tiki ir dažnai prisipažsta, kad jo gyvenimas es s beprasmiškas ir jo veiksmai užgaid valdomi. Nuobodulys ir apatija j nuolat gaubia. Jo mieganti vaizduot nesukuria nei fantazij nei laki svaj. Jis neturi joki sieki ir tepaj gia padaryti smulkaus valdinink lio darbai tik b tiniausius sprendimus. Jo mintys banalios ir bespalv s. Su ta paia apatija ir abejingumu jis žingsniuoja motinos laidotuvi eisenoje, kaip ir

⁸ S. R. Maddi, *The Existential Neurosis*, žr. *Journal of Abnormal Psychology*, 72 t., 1967, 311-326 psl.

lov veda vos už keletos valand susirast meilūž . Iš ties Camus herojus tai tik veģuotuojs, psichologiškai mirs žmogus. Jis Franklio diagnostikoje ir b t pavadinatas nugenimu neurotiku.

Bet kaip gi nugenin neuroz išsivysto ? Atsakymas randamas logoterapinis asmenybės sampratos r muose, kuriuose centrin viet užima prasmės troškimas. Jo nepatenkinus žmogus pradeda skursti. (Gi j patenkinti materialistiniam klimata n ra lengva). Gyvenimas netek s turinio darosi bergždžias ir betikslis. Žmogus pradeda jausti vidin tuštum , kuri Frankl pavadino egzistencialine tuštuma. Ši sielos b kl , ypa liguistuose, neurotinio palinkimo asmenyse, esant palankioms s lygoms, gali virsti nugenine neuroze. Maddis⁹ paduoda kelet ši neuroz betarpiškai iššaukian i priežas i : art jan ios mirties gr sm (geras pavyzdys, Iliji iaus mirtis Tolstojaus romane), visuomenin s, viešos tvarkos pairimas (m s laikai), dvasinio bukumo prareg jimas (pavyzdys — Quentin, Miller dramoje *After the Fall*).

Savyje egzistencialine tuštuma, anaip tol, dar n ra nei nenormalyb nei liga, bet žmogiškos b ties apraiška. Juk tik žmogui yra lemta suabejoti gyvenimo prasme ar paklysti nevilties naktyje. Tokia tuštuma, surišta su egzistencine baime bei desperacija, kartais reikia laikyti asmenybės tvirtumo ženkl u. Užtat vengti egzistencinio nerimo reikšt vengti šans didesnia m žmogiškumui. Vengiant tragedijos prarandama galimyb ir triumfui.

Neseniai rinkoje pasirod psichologinis matas egzistencinei tuštumai susekti¹⁰ (*The Purpose in Life Test*). Juo pasinaudojant paaišk jo, kad iš 40 lietuvi ateitinink student tarp 19 ir 25 m. amžiaus (1970 m. dalyvavusi jubilejin je stovykloje), 12,5% išgyveno aiški egzistencin tuštum . Išeit , kad šiai grupei žmoni gyvenimas atrod beprasmis ir betikslis. To paties amžiaus Gannon katalik kolegijos amerikie i student (skai ius 52) net 30,8% aiškiai jaut egzistencin tuštum (1971). Paties Franklio tvirtinimu 40% tarp vokiškai kalban i jo student Vienoje ir 80% amerikoniuk , klausiusi jo paskait tam pa iam universitete, prisipažino patyr visišk gyvenimo beprasmyb . Tuo tarpu iš Vienos poliklinikoje praveist apklausin jim tarp ligoni ir personalo pasirod , kad net 55% išgyvena egzistencin tuštum . Gi statistiniai daviniai surinkti Londone (Werner), Tbingene (Langen ir Volhard), Würzburg e (Prill) ir Vienoje (Niebauer) rodo, kad tik apie 20%

⁹ Ten pat.

¹⁰ J. C. Cbumbaugh ir L. T. Maholick, *An Experimental Study in Existentialism : The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis*, žr. *Journal of Clinical Psychology*, XX t., 2 dalis, 1964, 200-207 psl.

neurozi yra egzistencin s prigimties ir kilm s ¹¹. Taigi, palyginus su kitomis psichin miš ligomis, nugenin neuroz gerokai išplitusi. (Prisiminkime, kad Š. Amerikoje gausingiausia psichini ligoni grup , šizofrenikai, sudaro apie 20-23 % vis naujai bepro i ligonines priimam ligoni). Jei taip iš tikr j yra, tuomet nugenin s neuroz s gydymu ir nuo jos apsisaugojimu tur t b ti labiau susir pinta. Tuomet ir logoterapijos teorija gauna daugiau svorio.

Gydymo metodai

Logoterapin asmenyb s samprata integruoja visas vairi psichologijos mokslo kryp i surinktas apie žmog žinias, paži r dama jas iš b dingai žmogiškos perspektyvos. Panašiai ji elgiasi ir su gydymo metodais. Pats logoterapijos k r jas Franklis praktikuoja varias gydymo priemones: chemoterapij , elektros sukr timus, smegen operacij , pas mon s kompleks analiz , sapn analiz ir prasm s analiz (logoterapija). Taigi pritaikomuju požvilgiu logoterapijos originalumas gl di nugenin s neuroz s gydyme (prasm s analiz je), paradoksin s intencijos, derefleksijos technikoje ir medicinin je pastoracijoje. Šis paskutinysis b das yptingai reikalingas nepagydom lig atveju.

Šiandien vis labiau abejojama apie taip vadinam neutral , nepasaul ži rin psichini lig gydym . Logoterapijos sek j siki kinimu nes psichoterapijos be tam tikro žvilgio žmogaus prigimt ir jo viet pasaulyje. S moningai ar nes moningai, vienokiu ar kitokiu b du terapistu pasaul ži ra sisunkia paciento galv . Nugenin s neuroz s atveju pasaul ži ros klausimas ne tik neven giamas, bet jis pasidaro visos terapijos pamatu. Argi ir pati liga neišplaukia iš pamatinio žmogiškos egzistencijos klausimo, — kas aš esu, ir kas yra mano gyvenimo tikslas,—paneigimo? Užtat bandydama ligoniui parodyti jo gyvenimo tiksl , logoterapija ir pradeda ne nuo pas mon s analiz s (psichoanaliz), bet nuo paciento gyvenimo analiz s, (egzistencialin analiz). Ji padeda pacientui patikrinti tur t paži r save ir pasaul , kad jis gal t susirasti savo gyvenimui prasming turin . Ji stengiasi atskleisti kiek galima platesn vertybi horizont , kuriame klijentas gal t rasti didesn pasirinkim . Pats apsisprendimas, betgi, ir atsakomyb už j paliekama pa iam individui. Suprantama, vertybi pasirinkimas privalo b ti konkretus, tink s tik ligonio buities vienkartinumui. Taigi logoterapija neužkrauja jokio vertybinio ¹¹

¹¹ V. E. Frankl , *The Will to Meaning : Foundations and Applications of Logotherapy*, New Yorkas 1969, 90 psl.

sprendimo ant ligo­nio pe i ; neprimeta jokios filosofijos; nepa­mokslauja, nemoko, nemoralizuoja. Vaizdžiai kalbant, logoterapija n ra menininkas perduod s aplinkos spalvas taip kaip jis jas mato. Grei iau logoterapistas yra labiau panašus aki gydytoj ar oku­list , kurie pagyd reg jimo galias ir parod vertybi spektr , palieka spalv pasirinkim pa iam ligo­niui. Tokiu b du logoter­pija tik atidaro akis, kurios galina pamatyti tikrov ir j pripa­žinti. Užtat logoterapistas labiau ži ri žmogaus ateit , ne jo praeit ; gyvenamo momento uždavinius, ne praeities kompleksus. Jei tradicin terapija stengiasi atstatyti žmogaus paj gum darbui ir pasitenkinim gyvenimu, tai logoterapija bando j lyd ti ir per kan ios ir mirties sutemas. Jei freudin psichoanaliz religij laiko neurotine apraiška, tai Franklis brangina jos gydym j gali kraštutin se gyvenimo situacijose. Ji, religija, juk par pina žmo­gui tok dvasin vaist , kokio niekur kitur negalima rasti¹². Anaip­tol, tokia paži ra dar neimplikuoja logoterapijos apsisprendimo už teizm ar ateizm . Ji religij ži ri kaip žmogišk apraišk ir kaip toki j traktuoja. Franklis sp ja, kad « psichoterapistas neprivalo r pintis savo klijiento religiniu gyvenimu » ir drauge prisipaž sta, kad « kartais, neju iomis, gali j paveikti »¹³.

Kai kurioms psichin s kilm s neuroz ms gydyti logoterapija pasi l du originalius b dus : paradoksin intencij ir nud mesi­nim (d mesio nukreipim — direfleksij). Abu šie metodai nau­dojami ne tik vakar Europoje, Šiaur s ir Piet Amerikose, bet net Soviet S jungoje.

Paradoksin je intencijoje pacientas yra skatinamas, prieš ligos simptomus nesispirti, jiems pasiduoti, m ginti iš j pasijuokti. Dar daugiau. Jis raginamas siekti kaip tik to, ko jis vengia. Ne­migos, pavyzdžiui, atveju jis privalo stengtis kiek galima ilgiau neužmigti. Arba, d l galimo širdies sm gio ligo­niui bijant išeiti gatv , kad ten jo neužklupt širdies ataka, patariama ryžtis iš jus aptur ti bent kelis širdies sm gius (Suprantama reikalingas specialisto užtikrinimas, kad šio žmogaus širdis yra visai sveika). Tokia paradoksin laikysena nukertamas, pralaužiamas anticipuo­tos baim s (baim s sivaizduot galim nelaimi) amžinas ratas ¹⁴. Paradoksin intencija pasirod gana veiksminga fobij (nepagr stos baim s), kompulsij (« prievartini » veiksm) ir obsesij (« prie­vartini » min i) gydyme. Kartais paradoksin intencija jun-

¹² Ten pat, 144 psl.

¹³ Ten pat, 147 psl.

¹⁴ V. E. Frankl, *Logotherapy*, žr. *Israel Annals of Psychiatry and Related Disciplines*, 1967, 5 t., 142-155 psl.

giama su kitais metodais : hipnoze (Lederman), atpratimu (Kvilhaugh) « atsileidimu » (Bazzi, Schultz) ir t.t. Franklis, pavyzdžiui, tvirtina, kad chemine terapija paradoksin s intencijos kombinacijoje atsiekiama labai ger rezultat agorafobijos ir klaustrofobijos atvejais. Aplamai, Gerzo ¹⁵ statistikos užregistravo net 88,2% paradoksin s intencijos veiksmingum tarp t , kurie net 24 m. kent jo kompulsij ir obsesij simptomus. Gi tik keli savai i senumo kompleksams pašalinti tereik j tik 4-12 sesij . Direfleksijos meto- das, Franklio tvirtinimu, taip pat es s veiksmingas kai kuri seksu- lin s neuroz s apraišk pašalinime, kaip, pavyzdžiui, impotencijos ir « šaltumo » atvejais. Šiuo b du (nukreipimu nuo perd to sav s ar tam tikr savo veiksm blusin jimo) kartais pagerbstima ir neužsisen jusiems šizofrenikams ¹⁶. Ši metod d ka pager jusiam ligoniui logoterapistas visad stengiasi, kad jo pacientas surast prasming tiksl arba tikslus ir jiems angažuotusi.

Tiesa, logoterapija kaip tokia psichozei pagydyti vaist neturi. Šiuo atveju ji vaidina tik pagalbin rol , apeliuodama sveik j asmenyb s dali, kad pacientas ligos atžvilgiu savo laikysen pakeis- t . Iš ties , nepagydomos ligos atveju nieko kito ir nebelieka, kaip tik tikinti ligo , kad net ir dabar jo gyvenimas turi prasm . ia logoterapija pereina medicinin pastoracij . « B damas gydy- toju, diena iš dienos esu supamas nepagydom ligoni , senuk , nevaising moter ... Visi jie maldauja atsakymo galutin kan ios prasm »¹⁷. Iš savo patirties logoterapijos k r jas patvirtina medi- cinin s pastoracijos svarb , nesumaišant jos su sielovada. Užtat gydomoji profesija, Franklio sitikinimu, prival t sekti Vienos uni- versiteto klinik š k : *Saluti et solatio aegrorum*.

Ar logoterapija aktuali ?

Brit psichologas Eysenckas tvirtina, kad psichoanaliz mums nebeturinti ko bepasakyti. Negal ir mes jai bepagelb ti, nebent suruoš prideramas laidotuves, patalpintume j praeities genij panteon . O kaip gi su logoterapija ? Ar ji turi k pasakyti ? Ar jos kalba verta sveikti ir paliegusi dabarties žmoni d mesio ?

¹⁵ H. O. Gerz, *Experience with the Logotherapeutic Technique of Paradoxical Intention in the Treatment of Phobic and Obsessive-Compulsive Patients*, žr. *American Journal of Psychiatry*, 123 t., 1966, 548 psl.

¹⁶ V. E. Frankl, *Fragments from the Logotherapeutic Treatment of four Cases*, žr. Burton, *Modern Psychotherapeutic Practice : Innovation in Technique*, Pal o Al to, *Science and Behavior*, 1965.

¹⁷ V. E. Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, New Yorkas 1969, 156 psl.

Kitaip tariant, ar logoterapijos teoretinis perspektyvos padeda žvelgti asmenybės dinamiką? Ar neša bent kiek šviesos psichinio negalavimo priežastis? Ar, pagaliau, psichiškai ir dvasiškai negaluojamam dabarties žmogui ji gali suteikti nors kiek paguodos?

Šiandien jau nemažas skaičius ir taip vadinamą behavioristinę krypties psichologų sutinka, kad, norint suprasti individo elgseną, reikia pažinti bent pagrindinius jo gyvenimo filosofijos principus. Pradedama net galvoti, kad skirtingam gyvenimui yra būtina asmeninė filosofija. «Kaip tas, kuris, nepatyręs gilios meilės ar draugystės, stokoja ko tai esminio, taip ir žmogus, kuris neturi asmenišką filosofiją pasilieka šiapus to, kuo jis privalo būti»¹⁸. Iš tiesų, kiekvienam žmogui norom nenorom tenka būti filosofu, tai yra, susirasti savo gyvenimo tikslą, kryptį, perspektyvas. Logoterapija, laikydama prasmę troškulį pagrindiniu žmogaus kaip žmogaus potraukiu, nurodo ir kuo jis galima nuraminti. Vertybės patenkinamos iš dvasinės dimensijos išsiveržianius reikalavimus, nesamos paįmame žmoguje, bet šalia jo, objektyvioje, transcendentinėje tikrovėje. Kaip tik šiuo atžvilgiu moderniosios auklėjimo institucijos sušlubavo. Skeptiški akademijai intelektualai paskutiniu laiku taip gyvenimo prasmę badu išmarino savo studentus, kad tie griebiasi bet kokio, kad ir jį asmenybės sveikatai žalingo pakaitalo. Atvynioj dabarties lūžį kamuolį iki galo argi nesurasisime ten vertybių krizę?

Sakoma, kad dabarties Amerikoje atitolimas (alienacija) virsta beveik visuotiniu reiškiniu. Juodieji esą atitolę nuo baltųjų; jaunimas nuo institucijų; darbininkai nuo darbo, vyrai nuo žmonų, bažnytiniai lankytojai nuo Dievo, piliečiai nuo savo valdžios ir individas nuo pats savęs. Poetai tokį susvetimėjimą žmogų vadina tuštvaiduriumi; sociologai — linksmu robotu; psichologai — vėjo rodykle; logoterapistai — egzistenciniu, nugeniniu neurotiku; C. G. Jungas — prasmę nesuradusi, kenčiančia siela. Susvetimėjus žmogus, sakytume, yra atlaužęs žmogus be ryšio savyje, be ryšio su išoriniu pasauliu. Susvetimėjus žmogus tai žmogiškas kiautas, tuštuma tuštumoje. Paprastai toks žmogus yra linkęs arba automatiškai sekti kitą kryptį, esamas taisyklės, arba, visa atmetęs, pasirenka vienišybę. Abu, ir aklas konformistas ir vienišas «atsiskyrėlis», nepajęgia atsakyti amžinąs protingojo gyvenimo klausimus: kas esu, kur esu ir kur einu? Pirmasis, paneigęs autentiškumą «aš» (save), aklausiai pasidavęs materialistinio gyvenimo srovei, gyvena pastovų gyvenimą. Antrasis, atmetęs aplinkos direktyvas

¹⁸ Ph. Muller, *The Tasks of Childhood*, New Yorkas 1969, 238 psl.

ir vertybes, negailestingai, be persto jimo ieško kokio nors patikimo pamato savo autentiškojo « aš » statybai.

Matsono ¹⁹ nuomone, humanistai psichologai vis pirma veda kov už minties laisv ir asmens autonomij , demaskuodami ir pasmerkdami kiekvien nužmoginant , nuasmeninant ir demoralizuojant aplinkos veiksn . Jie labiau pabr žia individo nepriklausomyb , negu abipus priklausomyb . Logoterapija taip pat aktyviai dalyvauja kovoje prieš nužmoginan ias j gas. Vienok ji ia nesustoja. Tik šia personalistinio jud jimo faze pasitenkinti, reikšt auginti antrojo tipo susvetim jusi žmog , vieniš « atsiskyr l » . Žmogus juk yra ne tik visuma savyje, bet drauge dalis ir didesni visum : šeimos, bendruomen s, žmonijos, planetos, visatos. Užtat tik visumos kontekste individas gali išsivystyti psichologiškai sveik subrendus žmog . Autentiškas « aš » psichologiškai sukles t s tik tiek, kiek m s interesai bus nukreipti už savojo « aš » rib : darb , šeim , draugus, visuomenin veickl , visa, kas tik prisideda prie žmonijos pažangos. Visi nevyk liai gyvenime turi vien bendr žym . Jie visi siek tik sau patiems reikšming egoistini tiksl .

Šis dešimtmetis tur t b ti pavadintas laisvinimo dešimtmeiu. Laisvinasi juodieji, moterys, beprotnami namiai, homoseksualai, studentai. Visos šios išsilaisvinimo grup s reikalauja sau teisi . Visos jos kelia gyvenimo žaizdas, prinesdamos gydym kitiems. Paprastai s j džiai, sieki asmens teisi padidinimo, patraukia savanaudžius, nesubrendusius asmenis, norin ius išvengti atsakomyb s savo broliams, nepasirengusius atiduoti savo našo visuomenei. Atskirti tikruosius s j dži vadus nuo nesubrendusi neurotik , humanistin psichologija pataria pasinaudoti visuomeninio intereso kriterijumi. Tikrojo visuomenininko reformatoriaus veiksmai visuomet atitinka jo žodžius. Kai kurie neurotikai pilni toki ger nor , kad siekia reformuoti vis pasaul . Ta iau j veiksmai nerodo jokios naudos. Užtat tuos laisvinimo vadus nusi sta iusius prieš moksl , prieš racionalum , drausm , kiet darb ir, aplamai, prieš tas vertybes ir tikslus, kuri pagalba žmonija šimtmeiais siek pažangos, reik t aiškiai paklausti: «Kokias pastangas j s dedate patobulinti pasaul ? O gal, sekdami išlepint savo gyvenimo stili , pasitenkinate tik kraudami reikalavimus ant kit pe i » ?

Išsilaisvinimu užsidegusiame vakar pasaulyje užtinkame keist paradoks : kovojant už asmens ir grupi laisves, neigiama

¹⁹ A. H. Matson, *What ever become of the Third Force?*, žr. *American Association of Humanistic Psychology*, Newsletter 1969, 6(1) t., 14-15 psl.

valios laisv , laikant žmogaus veiksmus išorini (aplinkos ir paveld jimo) veiksniai išdava. Toks deterministinis galvojimas, kaip kadaise Adleris pasteb jo, paliuosuoja individ nuo atsakomyb s ir išteisina j nuo kalt s. Kaip tik tokios laisv s gyvenimo nevyk liai ir ieško, kad apsaugot savo menk savivert ir aukštas aspiracijas. Toks neurotinis gyvenimo melas nepasisekimo atveju kategoriškai reikalauja nusiimti atsakomyb nuo sav s, sumetant kalt kitiems: pavyzdžiui, t vams, griežtam aukl jimui, socialinei nelygybei, karui, atominiai bombai, rasinei diskriminacijai ir t.t. Prieš tok neurotiko gyvenimo plan logoterapija griežtai protestuoja. Pripažindama valios laisv teoretin je žmogaus sampratos plotm je, ji reikalauja asmenin s atsakomyb s praktiškame žmogaus gyvenime. Tik laisv sujungus su atsakomybe, pasiekama psichologiškai sveikos evoliucijos. Užtat Franklis amerikie iams ir pataria be laisv s statulos rytuose pasistatyti atsakomyb s statul vakuose. Palikta viena, laisv ilgai neištvers.

Savo ruožtu atsakomyb bazuojasi tam tikra vertybi skale. J atmetus, pilie io « civilin s teis s » virsta aukš iausia vertybe. Nenuostabu, kad kai kurios liberal grup s nebetiki niek , kas b t verta ginti ar pulti j ga. Naujos jaunimo veisl s *a hang loose* etika, taip pat išplaukia iš laisv s be vertikalin s vertybi skal s. Pagal Simmons ir Winograd ²⁰ pagrindinis šios etikos bruožas es s nepagarba. Atmetama pagrindiniai krikš ionyb s principai, moteryst s šventumas, priešvedybinis susilaikymas, turtas, patriotizmas. Neigiamas teis (ir sugeb jimas) t vams, mokykloms ir valdžiai daryti sprendimus pareigojan ius kiekvien individ . Nor dami atsipl štii nuo tradicijos ir konformizmo jie nuolat ieško nauj patir i , dalyvaudami « vykiuose » (*happinings*), skaitydami « pogrindžio » spaud , jungdamiesi masinius protestus, vengdami karin s prievol s, praktikuodami lytinius santykius ir ... r kydami marijuan . Tokiu b du jie apreiškia savo antagonizm prieš « neteisingus » statymus ir suvaržymus. ia ir v l logoterapija primena, kad niekinant žmogaus vertybes, niekinamas ir pats žmogus.

Klasikin je psichoanaliz je pom gis buvo paverstas centriniu žmogaus veiksm motyvu. Tuo tarpu logoterapijoje toji vieta atiduota prasm s potraukiui. Malonumas, Franklio sitikinimu, ateina per šalutines duris. Atlikus gerai skirtus uždavinius, išpildžius pareigas, atradus gyvenimo misij , atsiranda ir gyvenimo džiaugsmas. Ši dilema tarp darbo ir laisvalaikio, malonumo ir pareigos užgul jau ir taip prisl gtus amerikie io pe ius. Nebežino jis, kur

²⁰ T. Simmons ir B. Winograd, *It's Happening: A Portrait of the Youth Scene Today*, Santa Barbara 1966, 12 psl.

laim s ieškoti: produkcijoje ar konsumpcijoje, g rybi gamyboje, ar g rybi vartojime, darbe ar laisvalaikyje ? Prisimin s, kad ir konstitucija jam garantuoja teis laim , tikintas, kad geras amerikietis privalo b ti ir geru vartotoju, jis ir leidžiasi ieškoti « *fun* » g rybi vartojime. Ieškodamas smagum , jis nukeliauja milijardus myli , išgeria ežerus alkoholio, prisiperka kalnus «b tinausi » daikt . Amerikie iai «yra taip pasiryž ieškoti smagum , kaip dykum keliautojas vandens »²¹ ²². Taip malonumas virto pareiga, kartais sunkia pareiga. Net ir tas masi linksminojas, seksas, per j s per vedybini vadov li rankas, išvirto kiet , taisykli ir tvarkaraš io prisilaikant darb . Laisvalaikis, kuris kadaise tarnavo kaip kompensacija už sunk darb , šiandie pradeda virsti našta, nuo kurios atsigaunama darbe. Iš ties , žmog gaivin s laiko sunaudojimas pertekliaus visuomen je kelia pagr sto r pes io. Šioje vietoje Franklis nurodo, kad laisvalaikis netur t b ti panaudotas b gimui nuo sav s, bet gr žimui save (centripetalin je formoje). Kitaip žmogus bus tik «linksmas », bet nebepaj gs džiaugtis.

Pagaliau, modernioje visuomen je psichiatras pamažu pakeičia kunig , r pestis psichine sveikata — religij . Šiam tikslui puikiai patarnauja ortodoksin psichoanaliz , pati virtusi religija. Priešingai, logoterapija pasilieka savo vietoje. Psichologijos ar mokslo vardu ji nei neigia, nei teigia Dievo buvimo. Religij ji priima kaip nat rali žmogaus patirt . Praktikoje ji stengiasi neperžengti rib tarp religijos ir psichiatrijos. Vienok pa iam ligoniui durys paliekamos atviros peržengti religijos slenkst . Teoretiškai logoterapija pripaž sta, kad religinis jausmas žmogui yra gimtas dalykas, kaip gimti jo biologiniai potraukiai. Paties logoterapijos autoriaus bes lyginis tik jimas bes lygin gyvenimo prasm remiasi tik jimu ir pasitik jimu galutin b tyb , Diev . Toks garsaus psichiatro išpažinimas gal padr sins ir tuos mažut lius, kuriems buvo nuolat kalama, kad j religija esanti infantilizmo apraiška. Gal logoterapijos takoje psichiatr sferose bus pripažinta ir religinei patir iai pilietin s teis s? Gal logoterapijos teoretin pozicija ir praktinis požvilgis terapijoje pad s išsklaidyti iliuzijos r kus, kad religija ir psichologija es nesuderinami dalykai ? O mokslinio klimato paveiktam dabarties žmogui Franklis primena, kad galutin prasm atrasime ne protu, bet sava egzistencija, tik jimu. Užtat: «Tam, apie Kur nepaj giame kalb ti, Tam privalome melstis » ².

²¹ J. Henry, *Culture Against Man*, New Yorkas 1963, 43 psl.

²² V. E. Frankl, *The Will to Meaning : Foundations and Applications of Logotherapy*, New Yorkas 1969, 146 psl.

IŠVADIN S PASTABOS

Nagrin jome logoterapijos asmenyb s samprat , nugenin s neuroz s hipotez ir gydym . Trumpai pažvelg me ir šios psichologin s-psichiatri n s mokyklos reikšm dabarties žmogui. Iš šios studijos tod l galime pasidaryti sekan ias išvadas :

Logoterapin asmenyb s teorija yra daugiau eklektin , negu originali. Ji apima tris asmenyb s dimensijas : biologin , psichologin ir dvasin (ne antgamtime prasme). Neži rint, kad svoris krinta ant dvasin s dimensijos, jos formulavimas teb ra tik programin je stadijoje.

Logoterapijos prielaida, laikanti prasm s troškim pamatiniu žmogaus potraukiu, pasirod esanti vaisinga savo išvadomis. Ji neš daugiau šviesos asmenyb s supratim ir kai kuri dabarties neurotinai apraišk aiškinim . Vien tik egzistencialistin s literat ros populiarumas leidžia sp ti, kad nugenin neuroz n ra logoterapist išmislas.

Aprašiusi nugenin neuroz ir jos priežastis, logoterapia bando problem rišti dviem b dais : gydomuoju ir apsauguoju. Gydymas paliekamas specialistams, gi nuo jos apsaugojimas pavedamas visuomen s, ypa vadovaujan iam elitui. Jo pareiga yra reformuoti ekonomin , socialin ir dvasin klimat taip, kad jame neb tai nustelbtas, frustruotas prasm s potraukis.

Valdomieji organai, aukl jimo bei mokslo institucijos ir visi žmon s sieki asmens pilnutinio išsiskleidimo laisv je privalo nepamiršti, kad tik dvasini vertybi skal , lyg tas ugnies stulpas, atves pažad t žem . Nusigr žimas nuo objektyvios tikrov s ir užsidarymas tik savajame «aš» žmog sužaloja. Užtat, sekant s j dži vadus-pranašus, si lan ius dvasin renesans , reikia kritiškai išanalizuoti j vizij turin ir j visuomenišk interes , kad nepakliuvus neurotinio gyvenimo melo pinkles.

Psichoterapijoje terapist o asmenyb vaidina svarbi rol . Kai kalbama apie medicinin pastoracij , gydytojo asmenyb tampa lemiamu veiksnium . Logoterapijos k r jo asmuo, jo bes lyginis tik jimas gyvenimo prasme š reikalavim puikiai išpildo. Kyla vienok abejon , ar toki ugnyje išbandyt deimant atsiras daugiau. Nuo j priklausys ir logoterapijos ateitis.

Keliant silpnas logoterapijos puses, reik t nusiskusti nevisai aiškiu teorijos formulavimu, per dažnu min i ir teorij pasikartojimu raštuose (bent angl kalboje), populiariu ne precizišku teorij formulavimu, paliekant iu skaitytojo galvoje dar daug klausuk .

LOGOTHERAPY AND CONTEMPORARY MAN.

by

Rev. Dr. A. Paškus

Summary

This paper represents a modest attempt to put V. Frankl's logotherapy into the perspective of contemporary man. For this purpose it discusses Frankl's personality model, his hypothesis of existential or noogenic neurosis, his logotherapeutic techniques and his vital contribution to modern psychiatry and to modern life.

In his personality model Frankl speaks of dimensions, distinguishing among them, the somatic, psychic and spiritual (noetic). These exist in heuristic contrast to one another, but this does not mean that man is composed of " body, mind, and soul ". The unity and wholeness of man are affirmed without ignoring the differences between soma, psyche and spirit.

Respectively to these three personality dimensions Frankl deals with three groups of neuroses : 1. Somatogenic, or pseudoneuroses — those arising from vegetative and endocrine disorders. 2. Psychogenic neuroses — those arising from psychic conflicts. 3. Noogenic neuroses — those which do not stem from any complexes or traumata but which result from intellectual problems, moral concerns, spiritual or ethical conflicts.

Logotherapy finds " the will to pleasure " (Freud) and " the will to power " (Adler) both operative in man's motivation, but it emphasizes " the will to meaning ", that is, it stresses man's search for meaning as an inborne, deeply rooted groping for an ultimate higher meaning for his life. This assumption becomes a clue for therapy in many of the difficulties that vex modern man. There seems to be enough evidence that people suffer from what logotherapy calls an existential frustration — despair over a meaningless life and lack of knowledge of what makes life worth living (existential vacuum). Existential vacuum is not a sickness in itself but a sort of a premorbid identity (S. R. Maddi) which defines the self as nothing more than an embodiment of biological needs and a player of social roles. Under stress this condition of premorbid identity may produce an existential neurosis — " the suffering of a soul that has not found its meaning " (C. G. Jung).

In order to help that type of suffering logotherapy recognizes

responsibility, meaning and values as clinical means of overcoming neurosis. Nevertheless logotherapy is not concerned with giving meaning to the patient's existence, but only with *enabling* him to find such a meaning. The therapist, so to speak, broadens the patient's field of vision " so that he will become aware of the spectrum of the possibilities for personal and concrete meaning and values ". Furthermore logotherapy leaves the noetic door open for the " transcendence ", but by all means it does not impose its value system upon the patient. In the value spectrum of logotherapeutic tenants there appears to be three kinds of values which help the patient to find the meaning for his life : creative (acts of accomplishments), experiential (truth, beauty, goodness) and attitudinal (suffering arising from limiting factors upon one's life). In this sense no human situation could be viewed as meaningless.

Two logotherapeutic techniques, " de-reflection " and " paradoxical intention " might be considered as one of the logotherapy's contributions to modern psychiatry. Both lend themselves particularly to the short-term treatment of sexual as well as obsessive-compulsive and phobic neuroses, especially in cases in which the anticipatory mechanism is involved. In addition logotherapy sees the central problems of modern Western man not in a psychosexual but religio-philosophical realm, in varied existential anxieties which arise from the core of man as man. Perhaps the spiritual disintegration of our day consists in the loss of an ultimate meaning of life by the people of Western civilization. Logotherapy faces this problem boldly in a preventive and curative way.