



Shahid Rajaee Teacher Training University- Iran
Ontological Researches
semi-annual scientific journal
ISSN (print): 2345-3761 (online): 2676-4490
Type: Research

Vol.9, No. 18
Autumn 2020 & Winter 2021

Journal Homepage: www.orj.sru.ac.ir

Logotherapy, from Theory to Practice from Frankl' s Point of View

Najaf Tahmasbipour¹

Abstract

The purpose of this study was to investigate the meaning therapy from Victor Frankl's point of view and the study method was descriptive and documentary. In examining the philosophy of the meaning of life, Frankl found that he not only considered the physical and psychosocial aspects necessary for human life, but also believed that, by seeking objective and personal goals appropriate to a comprehensive purpose in life, the ultimate meaning of life can be understood. Based on the numerous evidences in this research, the effectiveness of meaning therapy is mainly based on helping the will to live meaningfully. On the other hand, the methods used in semantic therapy by Frankel are used as a special therapy in response to the sense of meaninglessness or in the framework of an eclectic approach as a complement to other types of interventions to treat a variety of psychiatric disorders.

Keywords: Ultimate Meaning, Treatment, Theory, Therapy.

¹. Associate Professor, Department of Educational Sciences and Psychology, Faculty of Humanities, Shahid Rajaee Teacher Training University ntahmasbipour@sru.ac.ir

Received: 13/05/2020

Reviewed: 15/10/2020

Revised: 09/01/2021

Accepted: 26/01/2021

Problem Statement

More people today have more ways of living than ever before, but they suffer from lacking the meaning how to live. "What should survival be for?" is a fundamental question for most people in the recent century. The ontological approach challenges the deepest questions of human existence and the nature of anxiety, despair, grief, loneliness, isolation, and anomaly, and deals primarily with questions of meaning, creativity, and love (Yalom & Joselson, 2011, P 128) According to Frankel, today patients often complain of meaninglessness and feelings of emptiness and purposelessness in life, and it is in this vacuum of "existence" that fatigue, depression, despair and restlessness occur. The existence of various disorders that cannot be treated with other types of psychotherapy and the main factor in their emergence is considered to be a deadlock in human life and a sense of emptiness, requires other treatments that can better understand human nature and the nature of life that will take effective and practical measures to solve existing problems. One of the theories that claims to know the nature of human life and the causes of human suffering and the feeling of emptiness is Frankel's theory. However, it is very important to examine the validity of this theory in practice and its applicability. The most important question in this research is to examine the applicability of Frankel's theory in different areas of human life and to what extent is this theory applicable?

Method

The research method taken in this research is descriptive strategy and the author has collected documents based on reviewing library studies by investigating and researching the subject of logo therapy from Frankel's point of view, in this regard, other researchers in the field of Frankel's theory have been used to explain his thought.

Findings and Results

A preliminary review of meaning-therapist research by numerous researchers such as Lynn (2001), Lants (1998), Hutchinson (2004) and Henrion (2002) prove that logo therapy is used alone or in combination with other treatment methods in the treatment of chronic diseases, addictions, acute mental illnesses, people with disabilities, reactions to injury and emotional distress. Various studies reveal that achieving the meaning of life and joyful activities, is strong support against emotional instability and ensures a person's mental health and well-being. The meaning of life is a strong and stable predictor of psychological well-being (Ronnie and Rustuji, 2007). Abedi and Westin (2010) investigated the effect of group logo therapy on subjective and psychological well-being. They concluded that logo therapy increases psychological well-being indicators. They concluded that logo therapy increases psychological well-being indicators. Asadi, Shafiabadi, Panah Ali and Habibollahzadeh (2011) showed that logo therapy sessions significantly reduced burnout in nurses. Lucas says, "Frankel believes that the whole life is meaningful, and therefore every moment in life is meaningful" (Lukas, 1996, p. 198). Like Frankel, Fabry and Gottman,

Barnes (1995, p98) believes that the human spirit is "the magic box" of logo therapy that flows towards semantics and presents itself as a bold power. In confirming Frankel's theory, Barnes believes that our main motivation for life and work is more serious than motivation for pleasure and power. When we see life meaningfully, we are eager to endure any suffering. On the other hand, if we don't understand any meaning in life, even a prosperous, even a prosperous life seems absurd and meaningless (Barrens, 1995, p 21). Frankel considered human beings to be beyond the areas of childhood conflicts or the principle of reward and punishment. He became familiar with the concept of the fourth human existence, which included meaningfulness and semantics in life, and in this way sought to structure Logo-therapy and, to a large extent, succeeded in implementing it in psychiatric clinics and medical institutions in many countries around the world. This type of psychotherapy was pursued and expanded by his students such as Lucas, Barnes and others, and today numerous institutes of logo therapy in different countries use this approach.

References

- Friamanesh, M [Translation of *Look at Victor Frankl's Views*]. Boeri, G A(Author) NO Publication, 2003. Persain.
- Frunkl, V. *Man Search for Meaning* Newly Reviewed and Enlarged Edition. A, New York. 1984.
- Frunkl, V. *The Man's search for meaning. An introduction to logo therapy*. New York: pocked books. 1997.
- Frunkl , V. *Zeiten der Entscheidung*. (Times of Decision). Herder/Spectrum: Freiburg .1996.
- Frunkl , V. *The Unconscious God: Psychotherapy and Theology*. New York: Simon and Schuster. 1996.

معنادرمانی، از نظریه تا عمل از دیدگاه فرانکل

نجف طهماسبی پور^۲

چکیده

هدف از این مطالعه، بررسی روان‌درمانی لوگوتراپی (معنادرمانی) از دیدگاه ویکتور فرانکل بود که به نقش معنا در زندگی و ساختار معنادرمانی پرداخته است، روش مطالعه توصیفی و اسنادی بود. تحقیق با این پیش فرض انجام شد که هر نظریه به کاربرد عملی خاصی در روانشناسی می‌انجامد و کاربردهای عملی، به مکتبی فکری و زیربنایی تکیه دارد. لذا زیربنای نظریه معنادرمانی و نیز کاربردهای عینی آن در کارهای بالینی نیز بررسی شد. در بررسی فلسفه معنای زندگی، از نظر فرانکل مشخص شد وی نه تنها جنبه‌های جسمی و روانی - اجتماعی را برای حیات انسان ضروری می‌دانست، بلکه معتقد بود با جستجوی اهداف عینی و شخصی متناسب با هدفی فراگیر در زندگی، به معنای غایی زندگی می‌توان پی برد. با توجه به این مفهوم، معنادرمانی این امکان را به وجود می‌آورد که حتی در رویارویی با رنج‌هایی که کل وجود فرد را متأثر می‌کند، زندگی به شکلی هدفمند و با ارزش درک شود. بر اساس شواهد متعدد در این تحقیق، اثربخشی معنا درمانی عمدتاً بر مبنای کمک به اراده برای زندگی با معنا است. از طرفی شیوه‌های بکار گرفته شده در معنا درمانی توسط فرانکل به مثابه درمانی خاص در واکنش به حس بی‌معنایی به کار می‌رود، یا در چهارچوب رویکردی التقاطی به مثابه مکمل انواع دیگر مداخلات، کاربرد پیدا کرده است. فرانکل با توجه به اینکه معنادرمانی را از حیطة نظریه به عرصه عمل درآورد، لذا از آن، جهت درمان انواعی از اختلالات روانپزشکی مورد استفاده قرار داد.

کلمات کلیدی: معنای غایی، درمان، نظریه، معنادرمانی، فرانکل.

بیان مسأله

امروزه بسیاری از مردم بیش از هر زمان دیگری، شیوه‌ها و وسایل گوناگون زندگی کردن را در اختیار دارند، اما معنایی را برای آن که چگونه زندگی کنند در اختیار ندارند. اینکه بقا برای چه چیزی باید باشد؟ این سؤال اساسی انسان‌های قرن اخیر است. تکنولوژی، ما را از نیاز به استفاده از مهارت‌های لازم برای بقا محروم ساخته است و جامعه به همه نیازهای انسانها پاسخ می‌دهد و آنها را برآورده می‌سازد، بجز یکی و آن هم «نیاز به معنی زندگی» است، انسان موجودی است که دیر یا زود باید جهان مادی را ترک و از همه تعلقات انقطاع پیدا کند، با این حال تنها با تفکر و تأمل در زمینه مرگ و مردن است که می‌تواند چگونه زندگی کردن را بیاموزد. با این وصف، هرکسی باید با مسایل جدی و گاهاً لاینحل مربوط به دلواپسی‌های غایی نظیر: مرگ، آزادی، انزوا، و معنا مواجه شود. درمان-گرایان هستی‌گرا عموماً قصد دارند تا با عزمی راسخ، در پیچ و خم ژرف‌ترین و عذاب‌آورترین مسایل زندگی، پایه پای مراجعین به پیش بروند و با درک درست و واقعی از شرایط آنان، بدرستی به آنان آرامش هدیه کنند. رویکرد هستی‌گرا، عمیق‌ترین پرسش‌های مربوط به ماهیت وجودی انسان و ماهیت اضطراب، یاس، سوگ، تنهایی، انزوا و ناهنجاری را به چالش می‌کشد و در اصل با پرسش‌های مربوط به معنا، خلاقیت و عشق سروکار دارد (Yalom & Joselson, 2011, P 128). با وجود اهمیت موضوع، پژوهش‌ها نشان داده است که تنها یک درصد از روان‌شناسان بالینی برای درمان مراجعین از رویکرد هستی‌گرا-انسان‌مدار استفاده می‌کنند (Trull, 2005, P201). اگرچه برخی بر این اعتقاداند که بسیاری از درمانگران، بدون اینکه به روش خود، عنوان روان‌درمانی هستی‌گرا اطلاق کنند، آن را به کار می‌برند (Shneider, Yalom & Joselson, 2011, p113). مطالعه و شناخت انسان بدانگونه که در دنیای خویش قرار دارد، گرایشی نوین است که توسط عده‌ای از متخصصان روانشناسی و روانپزشکی مورد توجه قرار گرفته است. «هستی‌گرایی» که به طبیعت و ماهیت ویژه فرد و تجربیات آنی وی توجه دارد توسط اندیشمندانی چون یاسپر (Jasper)، سارتر (Sartre)، (رولومی، Rollo may, 2005) و دیگران مورد بسط و توسعه قرار گرفت (صالحیان، ۲۰۰۵، ص ۱۶۸). روانشناسان هستی‌گرا، دیگر به شناخت نشانه‌های مرضی، آنگونه که فروید (Frued) و پیروانش توجه

داشتند، علاقه‌ای نشان نمی‌دهند و توجه و تلاش خود را به شناخت شکایاتی نظیر احساس تنهایی، سرگردانی، بلا تکلیفی، احساس پوچی و بیهودگی و بالاخره از خود بیگانگی که علت مراجعه اکثر بیماران نزد آنهاست معطوف می‌دارند. به گفته فرانکل (Frankl) امروزه بیماران غالباً از بی معنایی و احساس پوچی و بی‌هدفی در زندگی شکایت دارند و در این «خلا هستی» است که خستگی‌ها، بی‌حالی‌ها، افسردگی‌ها، ناامیدی‌ها و بی‌قراری‌ها ظاهر می‌شوند. این پدیده‌ها متأسفانه کاملاً طبیعی به نظر می‌رسند و نتیجه فرایند زندگی در عصر جدید است. امروزه در اروپا، روانشناسان و روانپزشکان آشکاراً از فروید روی برگردانده‌اند و به «هستی درمانی» روی آورده‌اند که مکتب «لوگو تراپی» (Logo-Therapy) یکی از آنها است. اگر بنا باشد نظریه و شیوه کار فرانکل با کار زیگموند فروید، مقایسه شود؛ نتیجه‌ای که بدست می‌آید این است که هر چند هر دو روانپزشک ابتدا به طبیعت و درمان «روان نژندی‌ها» توجه داشتند، فروید ریشه این «اختلال‌های پریشان کننده» را در «اضطرابی» می‌یابد که در اثر «انگیزه‌های تعارضی» و عمدتاً ناخودآگاه بوجود آمده است، اما فرانکل آنها را بر چند نوع می‌داند و برخی از آنها را «روان نژندی نئوژنیک»^۲ می‌داند که حاصل ناتوانی بیمار در پیدا کردن معنا و مسئولیتی در زندگی خویش می‌داند. علاوه بر این، وجود اختلالات متعددی که با انواع دیگر روان‌درمانی‌ها قابل درمان نبوده و عامل اصلی در پیدایش آنها را احساس بن بست در زندگی انسان و خلأ وجودی وی می‌دانند، اقتضا می‌کند که از سایر روش‌های درمانی که بتواند ضمن شناخت دقیق‌تر ماهیت انسان و ماهیت زندگی او، بتواند در حل مشکلات موجود اقدامات مؤثر و کاربردی داشته باشند استفاده شود. یکی از نظریه‌هایی که ادعای شناخت ماهیت زندگی انسان و شناخت علل رنج‌های بشر و احساس خلأ وجودی انسان را دارد، نظریه فرانکل است. با این وصف بررسی میزان اعتبار این نظریه در مقام عمل و کاربردی بودن آن بسیار حائز اهمیت است.

گوردون آلپورت (Gordon Allport) می‌گوید «اگر زندگی کردن، رنج بردن است پس برای زنده ماندن باید و ناگزیریم معنایی در رنج بردن بیابیم. اگر زندگی، خود هدف داشته باشد، رنج و مرگ نیز معنا خواهد یافت؛ اما هیچ کس نمی‌تواند این معنا را برای دیگری بیابد و مسئولیت آن را نیز پذیرا باشد. اگر فرد موفق شود، با وجود همه تحقیرها به زندگی ادامه می‌دهد». فرانکل که به نیچه (Niche) علاقه‌مند است، به این گفته‌اش نیز ایمان دارد

که «کسی که چرایی زندگی را یافته، با هر چگونگی‌ای نیز خواهد ساخت». فرانکل برخلاف بسیاری از هستی‌گرایان اروپایی نه بدبین است و نه ضد مذهب، بلکه نویسنده‌ای است که خود شاهد همه رنج‌ها و شکنجه‌های مخوف بوده و به خوبی به توانایی بشر در چیره شدن بر شرایط موجود و کشف حقیقتی روشنگر و بسنده آگاهی دارد. در زندگی هرکس، چیزی وجود دارد که بتواند به آن امیدوار باشد، مثلاً در زندگی یک نفر عشقی وجود دارد که او را به فرزندش پیوند م‌دهد، در زندگی دیگری استعداد و پتانسیلی وجود داد که بتواند با آن کار کند، در فردی دیگر، ارزش‌ها و باورهای خاص و شاید در دیگری خاطراتی ارزشمند که ارزش حفظ کردن دارد. یافتن این رشته‌های ظریف در زندگی فروپاشیده یک فرد بیمار، به شکل یک انگاره استوار، از معنا و مسئولیت، هدف و موضوع مبارزه طلبی «لوگوتراپی» است که تعبیر فرانکل از تحلیل‌اگزیستانسیالیستی^۳ نوین (هستی‌درمانی) است.

ویکتور امیل فرانکل، عصب‌شناس و روانپزشک متولد ۱۹۰۵ و بنیانگذار مکتب سوم روان‌درمانی وین و واضع نظریه لوگوتراپی (معنا‌درمانی) است وی از جمله نظریه‌پردازانی است که نظریه‌اش را در زندگی تجربه کرده است. ویکتور فرانکل با معرفی مکتب منحصر به فردش تحت عنوان لوگوتراپی، روح انسان را هدف قرار داد، همان روحی که به باور وی کلیت هویت و ماهیت هر انسانی را شکل می‌دهد و فناپذیر است. فرانکل بیش از همه به آزادی روح بشر، با قدرت جسورانه آن و آزاد بودن انسان در واکنش به موقعیت‌های مختلف زندگی تأکید می‌کند و معتقد است، انسان ممکن است همه چیزش را در زندگی از دست بدهد، اما آزادی انتخاب و آزادی واکنش در برابر موقعیت‌ها و مصائب را هرگز از دست نمی‌دهد. بر اساس نظریه وی، انسان با وجود تمامی مشکلاتی که ممکن است در زندگی برایش پیش بیاید و او را از توان بیندازد، امیدوار و سرزنده می‌ماند که یکی از مصادیق با ارزش این وضعیت، شرایط و وضعیت خود او است که سه سال را در اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌ها در بدترین شرایط سپری کرده است. مهمترین سؤال در این تحقیق بررسی میزان کاربردی بودن نظریه فرانکل در زمینه‌ای مختلف زندگی انسان است و اینکه تا چه حد این نظریه، کاربردی است؟

پیشینه

در واکنش به دیدگاه‌هایی در روانشناسی که زندگی را پوچ و ماشینی ارائه می‌کردند، ویکتور فرانکل «معنادرمانی» را پی‌ریزی کرد (Fabri, 1980, p 121). البته توجه به معنا در زندگی و ارائه تعاریف مثبت عملکردهای روانشناختی در نظریات دانشمندان همچون مازلو (Maslow, 1960)، راجرز (Rogers, 1980)، یونگ (Jung, 1950)، آلپورت (Allport, 1955)، اریکسون (Erickson, 1937) و نوگارتن (Nogarten, 1970) نیز مطرح بوده است (Zika and Chamberlain, 1992, p 78). اما در میان محققان در زمینه معنا، تنها فرانکل است که بر اساس تجارب واقعی خود، به نظریه پردازی در مورد «معنا» پرداخته است و همین مسأله او را از سایر محققین در این زمینه متمایز ساخته است (چراغی، ۲۰۰۲). فرانکل معتقد بود که انسان معنای زندگی خود را شکل می‌دهد. زیرا معنا جویی، مهم‌ترین انگیزه انسان است که او را از دیگر موجودات متمایز می‌سازد. فرانکل راه‌های کشف معنا در زندگی را ارزش‌ها می‌نامد، این ارزش‌ها بر پایه معنای تجربه شده بسیاری از افراد قرار دارند و در صورتی زندگی معنادار می‌شود که سه دسته از ارزش‌ها ادراک و فهمیده شوند. ارزش‌های تجربی، ارزش‌های نگرشی و ارزش‌های خلاق (Schneider, 2007, p 212). ارزش‌های تجربی شامل آن دسته از چیزهایی است که فرد از زندگی دریافت می‌کند. ارزش‌های خلاق، روشی هستی‌گرا در جهت تدارک معنا است که با درگیری در کارهایی مثل خلاقیت هندسی، موسیقی، نگارش، اختراع و مانند آنها حاصل می‌شود. در برهه‌های زندگی ارزش‌های نگرشی نیاز به معناجویی فرد را ارضا می‌کنند. این ارزش‌ها شامل مواردی است که قابل تغییر نیست و با رفتارهای خوبی مثل شفقت، شجاعت و حس شوخ‌طبعی مرتبط است. ارزش‌های تجربی، خلاق و نگرشی تنها سطح ظاهری از مفاهیم بنیادی‌ترند که فرانکل آنها را «فرا معنا» یا تعالی نامید.

لیسل کوسما (lisel Kosma, 2000) در مقاله‌ای بر این نکته تأکید کرده است که معنادرمانی هنوز ارزشمندترین میراث زندگی است (Marshall, 2005, P,122). لوکاس (1995) معتقد است که معنای زندگی که ممکن است در آن واحد هم بی نهایت انتزاعی و هم بطور خارق العاده‌ای عینی باشد، نادیده گرفته شود.

در هر دوی این موارد معنا ممکن است به مثابه حقیقت، زیبایی، و خوبی تعریف شود که درستی آن را در عمق قلبمان تشخیص می‌دهیم. مرور مقدماتی تحقیقات معنادرمانگرانه توسط محققین متعددی نظیر هنریون، (Henrion, 2001)، هاجینسون (Hachinson, 2004)، وان پلت (Van Pelt, 1994)، لین (Lyn, 1991) و لانتز (Lantz, 2001) ثابت می‌کند که معنادرمانی به طور گسترده در ترکیب با سایر روش‌های درمانی، در درمان بیماری‌های مزمن، اعتیادها، بیماری‌های روانی حاد، طراحی برنامه برای افراد کم توان ذهنی، معلولیت‌ها، واکنش به آسیب و پریشانی‌های هیجانی به کار می‌رود. پژوهش‌های بلیر (2004) نشان دهنده تأثیر معنادرمانی در موقعیت‌های مختلف است. مطالعات مختلف نشان می‌دهد که دستیابی به معنای زندگی و فعالیت‌های شادی بخش پشتیبانی قوی در برابر بی‌ثباتی عاطفی فرد و تضمین‌کننده بهداشت روانی فرد و بهزیستی اوست. علاوه بر این، معنای زندگی پیش‌بینی‌کننده قوی و با ثبات بهزیستی روانی به‌شمار می‌آید (رانی و راستوجی، 2007). همچنین پرولکس، هلمز و بوهرلر (2007) در تحقیقی به بررسی اثربخشی معنادرمانی گروهی بر بهزیستی روانشناختی پرداختند و به این نتیجه رسیدند که معنادرمانی گروهی بر بهزیستی روانشناختی اثر مثبت و معناداری دارد. در تحقیقی، عابدی و وستاین (2010) به بررسی اثر معنادرمانی گروهی بر بهزیستی ذهنی و روانی پرداختند. آنها نتیجه گرفتند که معنادرمانی، شاخص‌های بهزیستی روانشناختی را بالا می‌برد. اسدی، شفیق‌آبادی پناه علی و حبیب‌اله زاده (۱۳۹۰) نشان دادند که جلسات معنادرمانی به طور معناداری باعث کاهش فرسودگی شغلی در پرستاران می‌شود. پژوهش راوری، ونکی، میرزایی و کاظم‌نژاد (۱۳۹۰) بر این موضوع تأکید دارند که معنویت به عنوان یک جزء مهم و غیر قابل تفکیک شغل پرستاری محسوب می‌شود و در عین حال، بعدی درونی و ذاتی است که می‌تواند پرستاران را ترغیب کند تا اقدامات و مداخلات خود را هدفمند و با معنا ارایه کنند.

دیدگاه نظریه پردازان در خصوص نظریه فرانکل

آپورت معتقد بود اگر کسی بتواند به شرایط انسانی ما عاقلانه و با دلسوزی بنگرد، این شخص بی تردید باید فرانکل باشد. واژه‌هایی که از قلب دکتر فرانکل بر می‌خیزد، بر دل

می‌نشینند. چون بر تجربه‌های بسیار ژرف استوار است. صادقانه و ژرفتر از آن است که انسان، کوچکترین رنگی از فریب در آن ببیند. پیام‌های او والا و ارزنده است. او نه تنها به ستیز با سایر نظریه پردازان نپرداخته است، بلکه با سایر شکل‌های «هستی‌درمانی» نیز سرستیز نداشته است، بلکه به آنان خوشامد گفته و از در رفاقت در می‌آید. آلپورت می‌گوید با توصیفی که فرانکل از آمیخته «هیجان» و «بی‌احساسی» به ما می‌دهد و روح انسان تسخیر می‌شود، نخستین چیزی که به نجات انسان کمک می‌کند، کنجکاوای سرد جدا مانده ایست که انسان را متوجه سرنوشت خود می‌کند. پس از آن به کار بستن شگردهایی برای حفظ باقیمانده زندگی، با آنکه شانس زنده ماندن بسیار ناچیز است. گرسنگی، تحقیر، ترس و خشم عمیق ناشی از بی‌عدالتی را به مانند هاله‌هایی از افراد محبوب و مورد علاقه، مذهب، شوخ‌طبعی و حتی زیبایی‌های آرام‌بخش طبیعت مانند یک درخت با غروب آفتاب توصیف و قابل تحمل می‌کند.

فرانکل از رهگذر سال‌ها مطالعه آثار فروید و آدامز و همکاری با آنها نظریه‌ای مختص به خود ارائه می‌کند که «بر شانه این دو غول بنا کرده است» (Marshall, 2010, p 88). منبع مهم برای فهم زندگی فرانکل کتاب *انسان در جستجوی معنا* است. این کتاب پر طرفدارترین اثر او است و به ۲۴ زبان ترجمه شده و ماحصل تجربیات فرانکل در اردوگاه کار اجباری است. از نظر وی ایده معنای زندگی برای فرانکل چیز جدیدی نبود. او از همان دوران مدرسه به مفاهیم مرگ و زندگی بسیار علاقه مند بوده و درباره‌شان کنجکاو بود و در نوجوانی مشتاق کشف معنای غایی (Ultimate Meaning) زندگی بود. فرانکل بیش از ۷۰۰ مقاله و ۳۱ کتاب نوشت. در بیش از ۲۰۰ دانشگاه در بیش از ۴۰ کشور در تمام قاره‌ها تدریس کرد. جوایز ارزنده بسیار و ۲۹ دکترای افتخاری از سراسر دنیا دریافت کرد (Levinson, 2000, quoted by Marshall, 2010, p 65). مارشال معتقد است اصول عمده معنادرمانی که رویکردی نوع دوستانه و شفقت‌آمیز نسبت به حفظ سلامت دارد شامل تکثر علوم و یگانگی انسان، انسجام شخصیت با توجه به دوره‌های سنی رابطه آزادی و مسئولیت، رابطه آزادی و سرنوشت، مسأله وجدان و ناهشیار معنوی است. لوکاس (Lukas) معتقد است انسان موجودی ماهیتاً روحانی است که تقسیم‌ناپذیر بوده و به مثابه کل و چیزی بیش از مجموعه اجزایش است. شخص با ویژگی یا بیماری اش

یکی نیست. ما شخصیت خود را در طول زندگی‌مان پرورش می‌دهیم. این اتفاق با تربیت، انتخاب‌ها و تحقق پی در پی توانایی‌ها صورت می‌گیرد که به ساخته شدن الگوهای رفتاری منجر می‌شود. لوکاس در تأیید نظریهٔ فرانکل معتقد است با آزادی و هشیاری است که انسان به مسئولیت در زندگی و مسئولیت به زندگی خود آگاه می‌شود و آزادی، مسئولیت، توانایی دریافت معنا و پاسخ به معنا، شایستگی یا احساس نقصان وجودی را تعیین می‌کند. همچنین او می‌گوید «به نظر فرانکل کل زندگی معنادار است. بنا براین هر لحظه در زندگی با معنا است. از آنجا که کل زندگی با معنا است، هر جزء زندگی با معنا است، هر شخص هدفمند است. هر موقعیتی که برای فرد پیش می‌آید قابلیت معنایی منحصر به فردی دارد که امکان دارد شکوفا شود و تحقق یابد». طبق گفته فرانکل غیرممکن است معنای لحظه را از معنای کل زندگی جدا کنیم، معنای کلی را نمی‌توان جعل کرد. همچنین غیرممکن است معناهای عینی و معانی محتوای زندگی شخص را جعل کنیم. معناها باید از میان تعدادی از امکانات جایگزین کشف و رمز گشایی شوند. (Lukas, 1996, p 198). جی. لوینسون (J. Levinson, 2001, p 215) مقاله‌ای را با عنوان «زندگی، دستاوردها، فداکاری و تواضع دکتر فرانکل» در گردهمایی بین‌المللی معنادرمانی ارائه کرد. لوینسون، که روانشناس بالینی است، در وین، در مقام روانشناس، دستیار فرانکل بود. بارنز (Barrens, 1995, p 98) معتقد است از لحظه لقاح، منابع روح انسان به طور بالقوه موجودند؛ با وجود این، روح انسان حتی تا آخرین لحظه زندگی با بدن خاکی متحد است. این مطلب صرف نظر از شرایط پزشکی و روانشناختی که ممکن است هر انسانی داشته باشد به او ارزش و شان نامحدود می‌دهد. بارنز، همانند فرانکل، فابری و گاتمن (Gottman) معتقد است روح انسان «جعبه جادوی (Medicine Chest)» معنا درمانی است که به سمت معنا خواهی جریان می‌یابد و خود را به شکل قدرت جسورانه نشان می‌دهد. منابع دیگر روح از نظر اندیشمندان مذکور شامل وجدان برتر یا فرامن (Super Ego)، خلاقیت، عشق (برتر از عشق جسمانی)، شوخ طبعی، قدرت انتخاب (برتر از غریزه)، ایده‌ها و ایده-آل‌ها، تخیل، مسئولیت، قدرت واکنش، قدرت خودآگاهی، تعالی خود، شفقت، گذشت و میرایی است. بارنز در تأیید نظریهٔ فرانکل معتقد است انگیزش اصلی ما برای زندگی و کار، جدی‌تر از انگیزه برای لذت و قدرت است. زمانی که زندگی را معنادار ببینیم مشتاقیم هر

رنجی را تحمل کنیم. از طرف دیگر اگر در زندگی هیچ معنایی را درک نکنیم، حتی یک زندگی مرفه، خالی و بی حاصل به نظر می آید (Barrens, 1995, p 21).

روش تحقیق

در تمامی پژوهش‌ها دو گونه کمی و کیفی مراحل کار را پیش می برد؛ و این در حالی است که در بخش اول به سبب قیاس و بدون دخالت آرای پژوهشگر قابل حصول است و دیگری با حرکت قیاسی، محتوا را آشکار می سازد. استوارت چیپین (Stewart Chipean, 2002, P181) چهار راهبرد را برای انجام پژوهش معرفی می کند که عبارتند از: تشریحی که پیرامون عمق درونی موضوع می گردد، توصیفی که به شکل بیرونی موضوع نظر دارد، شبیه سازی که مانند نمونه ای مفهومی عمل می کند و مقایسه ای که به واسطه معیارهای از پیش تعریف شده در موضوع پژوهش ارزیابی می گردد (اسلامی، 2013، ص 41-55). با توجه به مطالب ذکر شده، این پژوهش؛ از نوع راهبرد توصیفی بهره برده و به عبارت دیگر: نگارنده با تفحص و تحقیق در موضوع معنادرمانی از دیدگاه فرانکل با توجه به منابع موجود به جمع آوری مستندات براساس مرور مطالعات کتابخانه ای پرداخته است، در این زمینه از نظر سایر محققین در رابطه با نظریه فرانکل جهت تبیین اندیشه های وی نیز استفاده شده است.

معنا درمانی

فرانکل اصطلاح لوگوتراپی را به عنوان نامی برای تئوری خود برگزید. «لوگوس» یک واژه یونانی است که به «معنا» اطلاق می شود. لوگوتراپی که به وسیله عده ای از نویسندگان «مکتب سوم روان درمانی وین» خوانده شده است، بر معنی هستی انسان و جست و جوی او برای رسیدن به این معنا تأکید دارد. بنابر اصول لوگوتراپی، تلاش برای یافتن معنا در زندگی، اساسی ترین نیروی محرکه هر فرد در دوران زندگی او است. فرانکل از معنی جویی به عنوان نیروی متضاد با «لذت طلبی» که روانکاو فریود بر آن استوار است و «قدرت طلبی» که مورد تأکید آدلر (Adler) است سخن می گوید. فرانکل معتقد است: تلاش برای یافتن معنایی در زندگی؛ خود نیرویی اصیل و بنیادی است و توجه ای ثانویه از کشش های

غریزی او نیست. این معنا، منحصر به فرد و ویژه خود او است و تنها او قادر است به آن تحقق بخشد. بعضی از صاحب نظران بر این باورند که معنا و ارزش‌ها، چیزی جز مکانیسم‌های دفاعی و یا واکنش‌های معکوس نیستند، اما فرانکل می‌گوید: من یکی حاضر نیستم که به‌خاطر مکانیسم‌های دفاعی زندگی کنم و یا به‌خاطر واکنش‌های معکوس بمیرم. انسان قادر است برای ایده‌ها و ارزش‌هایش زندگی کند یا در این راه، جان بدهد. از نظر فرانکل چیزی در انسان به‌عنوان سابق اخلاقی (کشش درونی اخلاقی) و یا حتی سابق مذهبی (کشش درونی مذهبی) وجود ندارد، انسان خود تصمیم می‌گیرد که اخلاقی رفتار کند. او این کار را برای ارضای سابق اخلاقی و یا آسودگی وجدان انجام نمی‌دهد، ولی به‌خاطر دلیل و علتی که به آن پای بند و معتقد است، به‌خاطر کسی که دوستش دارد و یا به‌خاطر خدای خویش انجام می‌دهد. او معتقد است همه افراد مقدس، منظوری جز خدمت به خدایشان نداشتند و هرگز «مقدس شدن»، هدف اصلی آنها نبوده است و اگر چنین بود کمال‌گرایی را بر می‌گزیدند.

طبق گفته فرانکل و شاگردش لوکاس معنادرمانی بر سه رکن اصلی استوار است، یا سه فرضیه بنیادین دارد که عبارتند از:

۱. معنای زندگی: معنادرمانی به مثابه یک فلسفه

فلسفه معنای زندگی با این اعتقاد اساسی شروع می‌شود که زندگی معنایی بدون قید و شرط دارد که تحت هیچ شرایطی از بین نمی‌رود (Lucas, 1989, p 18)، به بیان دیگر زندگی حتی در بدترین شرایط دارای معنا است. این اعتقاد از باور به دارای معنا و هدف بودن کل جهان حمایت می‌کند. بنابراین هر ذره، هر زندگی و هر تجربه زندگی، بالقوه معنایی در خود نهفته دارد (Marshall, 2003, p 103). تامل درباره حقیقت وجود، معجزه زندگی، پیچیدگی و زیبایی طبیعت و گستردگی کاینات، مارا به این آگاهی می‌رساند که بشر بشکل حمایت شده و دارای راهنما به این جهان وارد شده است. لوکاس معتقد است شهود و احساس تمام نسلها و افرادی که در صدها نماد و آیین نهفته است، حکایت از این دارد که باید نوعی معنای غایی، پشت این زندگی باشد، معنایی فراتر از آشوب و اتفاق است. فرانکل با دیدگاههای فیلسوفان زیادی همچون سقراط (Socrates)، هایدگر

(Heidegger)، یاسپرس، نیچه، مارسل (Marcel) و سارتر (Sartre) در خصوص تعاریف انسان آشنایی زیادی داشت. از بالاترین آمال و آرزوها و ابعاد روحی تعریف شده اهل تصوف (مثل مارسل) گرفته تا نظریه هرج و مرج و نفی هدفمندی هستی که به دلهره وجودی دامن می زند (مثل سارتر) آگاهی داشته و لیکن مکاتب نیست‌انگاران، کاهش‌گرایی، جبرگرایی، خودانگاری، روان‌شناختی‌نگری، روح‌گرایی افراطی و جمع‌گرایی را رد می‌کند. به نظر فرانکل، کل زندگی معنادار و بنابراین هر لحظه در زندگی با معنا است. از آنجایی که کل زندگی با معنا است، هر شخص هدفمند است، هر موقعیتی که برای فرد پیش بیاید معنایی منحصر بفرد دارد و ممکن است شکوفا شود و تحقق یابد (Lucas, 1998, p 123). از نظر فرانکل، باور به با معنا بودن زندگی با تلاش برای اجتناب و پیش‌گیری از خودکشی مرتبط است. وی معتقد است ما باید یاد بگیریم و به افراد ناامید نیز بیاموزیم که مهم نیست ما از زندگی چه انتظاری داریم، مهم این است که بدانیم زندگی از ما چه می‌خواهد. لذا لازم است به خودمان بیندیشیم که باید در برابر زندگی هر روز و هر ساعت پاسخگو باشیم. زندگی در نهایت به این معنا است که برای مشکلات و مسائلی که پیش روی ما قرار می‌گیرد، پاسخ صحیحی بیابیم و به وظایفی که برای هر کداممان تعیین می‌شود بخوبی عمل کنیم (Frankl, 1967, p 77).

۲. آزادی اراده: مبانی انسان‌شناختی معنادرمانی

براساس دیدگاه‌های کاهش‌گرایی و جبرگرایی افراطی، انسان در موجودی فیزیکی و روان‌شناختی تقلیل می‌یابد و در حیطه رفتاری معتقدند که انسان چیزی نیست، مگر مکانیسم‌های روان‌پویشی یا چیزی نیست مگر ارضای سابق‌های فیزیولوژیکی و غیره، در صورتی که دلایل رفتارهای انسان بسیار پیچیده تراز علل زیست‌شناختی یا حتی روان‌شناختی صرف است. دیدگاه انسان‌شناختی ویژه فرانکل، در هستی‌شناسی بعدی وی خلاصه شده است. بر این اساس، وی معتقد است که وقتی ما انسان را از یک جنبه در نظر می‌گیریم به تصویری زیست‌شناختی و فیزیولوژیکی می‌رسیم. فرایندهای زیست‌شناسی، عصبی و غیره مسئول کارکرد بدن ما هستند. این فرایندها تحت تاثیر قوانین طبیعی‌اند. آنها ممکن است کمابیش اثبات، دست‌کاری و اندازه‌گیری شوند، تغییر یابند، پیش‌بینی شوند، یا به

کنترل درآیند. آنها با آرایش ژنتیکی تحت تاثیر قرار می‌گیرند و کارکردشان برقراری تعادل و حفظ سلامت است و ارگانسیم را در برابر آسیب حفظ می‌کنند. فرایندهای روانشناختی ما حتی پیچیده‌ترند. آنها مجموعه‌ای از تمام توانایی‌های شناختی ما از قبیل توجه، ادراک، پردازش اطلاعات، طرحواره‌های شناختی و عاطفی اند که مستقیماً تحت تاثیر محیط و رفتار آموخته شده قرار می‌گیرند. این فرایندها به سختی اثبات می‌شوند و به تغییرات محیطی بسیار حساسند. آنها مسئول توانایی ما برای درون‌سازی اطلاعات جدید و برون‌سازی اطلاعات اطرافمان هستند. به منظور دستیابی به حالتی موقتی از سکون یا تعادل حیاتی، بالاترین کارکرد ارگانسیم را فراهم می‌کنند. به عقیده فرانکل وجود ما در قلمرو زیست-روان‌شناختی کم یا بیش جبری است. به این معنی که محملی برای تأثیرات محیطی و وراثتی، قوانین علیت فیزیکی و فرایندهای شیمیایی است. برای مثال، در بعد روانی، منش ما با تجارب گذشته و یادگیری جدید در محیط شکل می‌گیرد. بنابراین، بدن و ذهن بر حسب امکاناتی که دارند، دو سیستم وابسته به هم هستند که کارکردشان ممکن است به راحتی با عوامل بیرونی یا درونی نظیر عدم تعادل شیمیایی، بیماری یا مرگ گسیخته شود. فرانکل تأکید می‌کند، گیاهان دارای جنبه‌ی فیزیولوژیکی و حیوانات دارای جنبه‌ی فیزیولوژیکی و روان‌شناختی هستند. انسان‌ها فراتر از زیست‌شناسی، فیزیولوژی، واقعیت‌های اجتماعی یا روان‌شناختی نیز دارای جنبه‌ی منحصر به فرد دیگری هستند که از آن با عنوان، جنبه‌ی روح یاد می‌کند. اصل آزادی اراده در سایه‌ی هستی‌شناسی ابعادی، ادعا می‌کند که بشر دارای اراده است، انسان‌ها می‌توانند آزادانه اراده خود را بکار بیندازند، اگرچه مجبورند با محدودیتهای انسان بودن یعنی فناپذیری و جایز الخطا بودن زندگی کنند (Marshall, 2003, p 63). فرانکل معتقد است: آزادی و مسئولیت‌مان تا جایی است که وجدان، ما را قادر می‌سازد فرصتهای معنی‌دار را توضیح دهیم. البته با این قید که وجدان ما در واقع وجدان انسانی جایز الخطا و فانی است و ضرورتی ندارد که همیشه و به هر قیمتی با غرایز، سابق‌ها، وراثت و محیط خود بجنگیم. زیرا هر چقدر در مقابله با حقایق روان‌شناسی و فیزیکی خود عمل کنیم، باز هم دقیقاً با کمک و از طریق حقایق روان‌شناختی، اجتماعی و فیزیکی خود بروز پیدا می‌کنیم (Frankl, 1984, p 45). از کاربردهای این اصل می‌توان به در نظر گرفتن واکنش فرد به بیماری نام برد و اینکه فرد

به بیماریش یا علایم آن چگونه واکنش نشان می‌دهد، اطلاعاتی پیرامون جبهه‌گیری فرد در برابر بیماری، شخصیت و نگرش‌هایش را به درمانگر می‌دهد.

۳. اراده برای معنا: معنادرمانی بمنزله نظریه روان‌درمانی

فرضیه وجودی اراده برای معنا به ماهیت وجودی انسان مربوط است. در تاریخ تکامل، هیچ موجود دیگری غیر از انسان به این آگاهی و مواجهه نرسیده است که زندگی محدود و فانی است (Frankl, 1972, p 31). در دیدگاه فرانکل، توانایی برای اندیشیدن و آگاه بودن از پایان زندگی است که زندگی را کاملاً گران‌بها می‌کند و با دانستن این که زندگی محدود است حس کارکردن در فرد زنده می‌شود و برای یافتن آن چه معنادار است پافشاری می‌کند. مفهوم انگیزش در اراده برای معنا به این معنی است که هر انسانی با تلاش و آرزو برای معنا برانگیخته می‌شود. (Lucas, 1998, p 84) به نظر می‌رسد: انگیزش اصلی ما برای زندگی و کار، جدی‌تر از اراده برای لذت و قدرت باشد. طبق نوشته‌های فرانکل، انسان اندیشه‌ورز فقط از جنبه موفقیت و شکست به امور می‌نگرد، این شیوه دو وجهی با اندازه‌گیری و ارزیابی درجه موفقیت ممکن است شخص را در برابر مسائل پیش‌بینی‌ناپذیر و فراتر از کنترل، آسیب‌پذیر کند. صرف‌نظر از قالب فکری انسان اندیشه‌ورز، (Idem, 1994) تفکر در انسان طاقت‌ورز (Homo patience) را معرفی می‌کند. در این نوع تفکر، به منزله بعد دیگر وجود بشری، رنج بردن عمود بر محور تفکر موفقیت یا شکست است. این محور به معنا دار بودن تلاش افراد مربوط می‌شود. ما در یک سمت انتهایی این محور معنا را می‌یابیم و در انتهای دیگر آن یأس را. برای انسان طاقت‌ورز اگر رنج بشر (شکست) با «معنا» تلقی شود، حتی اگر تلاش‌هایش موفقیتی در پی نداشته باشد قابل تحمل می‌شود و اگر تلاشش در طلب کاری معنادار باشد، در این صورت شخص از یأس وجودی (Existential despair) در امان خواهد بود. از طرف دیگر اگر شخص بسیار موفق در زندگی بدون احساس معنا و یا بدون هدف باشد، زندگی‌اش بی‌محتوا و بی‌حاصل خواهد بود. از کاربردهای این اصل می‌توان به عنوان عاملی جهت مداخله در بحران استفاده کرد. فرانکل باور داشت اگر کسی تا حدودی به معنا باور داشته باشد قادر نخواهد بود حتی انگشتش را برای آسیب رساندن به خودش حرکت دهد. معنا خواهی حتی در اختلالات

جسمی و روانی و خیم تأثیر می‌گذارد و فرانکل معتقد است: معنا خواهی نیرومندترین متحد درمان‌گر علیه یأس و دل‌مردگی است و منبع بهبودی است. همچنین معنا درمانی می‌تواند مکمل سایر اشکال روان‌درمانی باشد. انتخاب واکنش به بیماری از روح انسان ناشی می‌شود. لذا آن را به درستی می‌توان قدرت جسورانه روح بشر (Defiant Power the Human Sprit) نامید.

سطوح معنا درمانی

لوکاس معتقد است معنای زندگی (لوگوس) ممکن است در آن واحد هم بی‌نهایت انتزاعی و هم به طور خارق‌العاده‌ای عینی باشد. در هر دوی این موارد معنا ممکن است به مثابه حقیقت (Truth)، زیبایی (Beauty) و خوبی (Goodness) تعریف شود که درستی آن را در عمق قلبمان تشخیص می‌دهیم. طبق تعریف، لوکوس به معنی «دلیل الهی (Divine Reason)» (Russell, 1996, P 293)، «نیروی عقلانی خدا (Intellect of god)»، (Ibid, P 292) است. اگر چه فرانکل معتقد است که معمولاً برای مردم و حتی برای افراد ملحد، معنا به مثابه «حقیقت» (Frankl, 1975, P294)، «ارزشهای والا» که باید با آنها زیست (Ibid, P121) و «آن چه زندگی در نظر گرفته است» (Ibid, P83) معنی می‌دهد. به طور کلی در معنا درمانی سه سطح را می‌توان تشخیص داد:

الف) گونه‌ای از معنا وجود دارد که ممکن نیست توسط ما بدست آید «.....بجز با دستیابی به ایمان به خدای متعالی» (Lucas, 1995, P14) به همین منظور، فرانکل اصطلاح «فرامعنا (Supra meaning)» یا «معنای غایی» را وضع کرد (Ibid., P. 75). این معنا بسیار انتزاعی است و نمی‌توان آن را به اصل سازمان یافته‌ای کلی در جهان تشبیه کرد (Marshall, 2003, P63). بنا به گفته فرانکل، این نوع معنا برای اندیشیدن درباره‌ی معنای غایی قابل استفاده نیست. زیرا فراتر از درک بشری ما است. این معنا را لوکاس (Lucas, 1995, P16) چنین تفسیر می‌کند که حتی اگر عناصر این نوع معنا طبق اندیشه‌ی ما در این دنیا بیهوده تلقی شود (مانند وجود بدی‌ها، حقیقت‌گریزناپذیر پیری و مرگ) امکان دارد در بعد دیگری از معنا، معنادار شود. دیدگاه مهم در خصوص واقعیت معنای غایی این است که به لحاظ عقلانی بیندیشیم چیزهای بی‌معنا (Senselessness) چرا اتفاق می‌افتند؛ در حالیکه

مفیدتر است که پرسیم چه مشکل خاصی زندگی ما را به دلیل تسلط بر فجایع به چالش می‌کشد. فجایع به خودی خود معنا دار نیستند، بلکه رنج انسان است که در واکنش به آنها حقیقی و اصیل است. گرچه واکنش ما به فجایع می‌تواند معنای بودن یا «ابدیت (Being)» را زنده نگه دارند. (Marshall, 2003, P64).

ب) طبق اظهارات فرانکل، دسته بعدی معنای زندگی برای انسان‌ها برخلاف حیوانات دست‌یافتنی است. این دسته از معناها با توانایی منحصر به فرد انسان برای مرور و بررسی زندگی مرتبط است و آن را در محتویات معانی خاصی در زندگی می‌توان یافت؛ چنین معنایی را در طول دوره زندگی از طریق تجربیاتی مانند زنده بودن بخاطر کسی یا تکالیفی مانند زنده بودن بخاطر چیزی مشاهده کرد (Lucas, 1994, P14). هم‌چنین بودن با تمام توانایی‌های مان در زندگی، ارزشی است که می‌توانیم به مثابه پاسخ شخصی خود به زندگی تجربه کنیم.

ج) ملموس‌ترین و عینی‌ترین نوع معنای زندگی، معنای حال حاضر (Present) است یا «معنای همین لحظه (Moment)» (Frankl, 1975, P55). در اینجا با معنایی روبه‌رو هستیم که «پیشگام هستی» (Eternity) است (Ibid, P26). این نوع معنا با شخص، موقعیت و زمان خاصی ارتباط دارد. به عبارت دیگر فریادی منحصر به فرد، اختصاصی و تکرار نشدنی است. گاهی معانی شخصی به شکل معنای غایی در می‌آیند، عموماً نسبی‌اند، هرچند ذهنی نیستند. فرانکل می‌گوید «وظیفه ما تشخیص معنایی است که، در موقعیت ویژه ما، به ما مربوط است». از نظر فرانکل هر انسانی منحصر به فرد و زندگی هر شخصی بی‌نظیر است، یک شخص، نه جایگزین پذیر است و نه قابل تکرار. این دو وضعیت بی‌نظیر به مسئولیت‌پذیری او اضافه می‌شود. نهایتاً این مسئولیت‌پذیری از این حقیقت ناشی می‌شود که زندگی زنجیره‌ای از پرسش‌هایی است که بشر باید با پاسخ به زندگی‌اش به آن واکنش نشان دهد، او باید به مسئول بودن و تصمیم‌گیری در مورد پرسش شخصی‌اش پاسخ دهد (Idem, 1967, P41). او معتقد است، هر پرسش، فقط یک پاسخ درست دارد، البته این مطلب دال بر این نیست که بشر همیشه قادر است پاسخ درست یا راه حلی برای هر مشکل پیدا کند یا معنی صحیح هستی خود را پیدا کند و برعکس آن هم نیز صادق است، انسان به مثابه موجودی متناهی معاف از اشتباه کردن نیست. بنابراین می‌تواند

ریسک اشتباه کردن را داشته باشد. گوئس (Goethe) می‌گوید: هر چند می‌دانیم همیشه به هدف نخواهیم زد، باید نقطه هدف را نشانه بگیریم، یا باید خیلی عادی متذکر شوم که باید سعی کنیم کاملاً بهترین باشیم، در غیر این صورت حتی نسبتاً خوب هم نخواهیم شد (Frankl, 1975, P31).

نتیجه‌گیری

فرانکل، همزمان با رشد موج اول و دوم روان‌درمانی‌ها (روان‌تحلیل‌گری و درمان‌شناختی-رفتاری) و ضمن آشنایی کافی با انواع روان‌درمانی‌های معاصر خود، همواره بدنبال بعدی از ابعاد وجودی انسان بود که توسط حیطه‌های مطرح شده در دوران خود تبیین نمی‌شد. وی انسان را از نظر وجودی فراتر از حیطه‌های تعارضات دوران کودکی و یا اصل پاداش و تنبیه می‌دانست. این مفاهیم وی را بر آن واداشت که دست به انجام تحقیقات گسترده‌ای در زمینه بعدی از وجود انسان بزند که وی را در شرایط سخت و بحرانی حمایت کرده و نسبت به ادامه‌ی زندگی امیدوار نماید. او به تدریج با مفهوم بعد چهارم وجودی انسان که شامل معناخواهی و معناطلبی در زندگی بود آشنا شد و در این زمینه به نتایج جالبی دست پیدا کرد. زندگی پر از مشقت زمان اسارت در زندان‌های نازیها، فرانکل را بر این باور داشت که: آنچه انسان را از پای در می‌آورد، رنج‌ها و سرنوشت نامطلوبشان نیست، بلکه بی‌معنا شدن زندگی است که مصیبت بار است و معنا تنها در لذت و شادمانی و خوشی نیست، بلکه در رنج و مرگ هم می‌توان معنایی یافت. تجربیات تلخ اردوگاه کار اجباری و شرایط طاقت‌فرسای آن، بعد واقعی میدان تجربی مفاهیم «لوگوتراپی» را معنا بخشید و فرانکل با معرفتی که زاینده تجربیات دست اول او بود باور پیدا کرد، انسان موجودی است آزاد که همیشه حق انتخاب دارد. انسان واکنش خود را در برابر رنج‌ها و سختی‌های ناخواسته ولی پیش آمده و شرایط محیطی، خود انتخاب می‌کند و هیچ کس را جز «خود» او یارای آن نیست که این حق را از او بستانند. نه فرانکل تنها «روان‌درمان‌گر هستی‌گرا» است و نه لوگوتراپی تنها راه درمان، ولی به قول آلپورت به این دلیل حرف فرانکل شنیدنی است که: مفاهیم او در کوره تجربیات سخت آبدیده شده است. فرانکل در این مسیر به دنبال ساختارمند کردن لوگوتراپی (معنادرمانی) بود و تا حد زیادی هم موفق به اجرای

آن در کلینیک‌های روان‌پزشکی و موسسات درمانی در بسیاری از کشورهای دنیا شد. این نوع روان‌درمانی توسط شاگردان وی نظیر لوکاس، بارنز و دیگران پیگیری و بسط داده شد و امروزه مؤسسه‌های معنادرمانی متعددی در کشورهای مختلف از این رویکرد استفاده می‌کنند.

مشارکت نویسنده

مقاله بطور مستقل نوشته شد.

تشکر و قدردانی

از آقای دکتر عین الله خادمی بابت مدیریت عالی نشریه هستی‌شناختی سپاسگزارم.

تعارض منافع

هیچ‌گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است.

معرفی نویسنده



نجف طهماسبی پور دانشیار دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی است. ایشان دکتری حرفه‌ای را در سال ۱۳۷۵ از دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران و دکتری تخصصی روان‌پزشکی را در سال ۱۳۸۳ در دانشگاه علوم پزشکی تهران کسب کرد. ایشان مؤلف ۴ عنوان کتاب در زمینه‌های سلامت روان، ۲ عنوان ترجمه در زمینه‌های ایمان و سلامت روان و روان‌پزشکی سالمندی است.

همچنین صاحب یک اثر تألیفی به زبان انگلیسی است که در یکی از مراکز نشر معتبر به چاپ رسیده است. عضویت در کمیته‌های علمی همایش‌های ملی، دبیری همایش‌های ملی و ارائه بیش از ۸۰ مقاله در مجلات و کنفرانس‌های علمی از جمله فعالیت‌های علمی ایشان است. حوزه‌های تخصصی مورد علاقه ایشان عبارتند از سلامت روان دانش آموزی، آسیب‌های اجتماعی و نقش دین و معنویت در بهداشت روانی.

Tahmasbipour, N. Associate Professor, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran

یادداشت‌ها

¹ Neurosis

² Neo- genic Neurosis

³ Existential

منابع و مآخذ

- Abedi, M. R. Vostanis, P. E Valuation quality of life therapy parent of children with obsessive compulsive disorder in Iran. *Journal of European child and adolescent psychiatry*. 2010, 19(7)605-613. **Persain**
- Barnes, D. C. Logo therapy's Consideration of Morality, Values, and Conscience. *The IFL* (2002). 25(2), 102-110.
- Blair, R, G, Loneliness in Elderly people school of sociology university of Granada In Press. 2004.
- Friamanesh, M [Translation of *Look at Victor Frankl's Views*]. Boeri, G A(Author) NO Publication, 2003. **Persain**.
- Frunkl, V. *Man Search for Meaning* Newly Reviewed and Enlarged Edition. A, New York. 1984.
- Frunkl, V. *The Man's search for meaning. An introduction to logo therapy*. New York: pocked books. 1997.
- Frunkl, V. *Zeiten der Entscheidung*. (Times of Decision). Herder/Spectrum: Freiburg .1996.
- Frunkl, V. *The Unconscious God: Psychotherapy and Theology*. New York: Simon and Schuster. 1996.
- Farrokh Seif B, (translated Of *Physician and Soul*) Frunkl V(Author) Tehran: Weiss Publishing. 1995. **Persain**.
- Farnoodi N, Mahin M] Translated of *Man's in search for meaning, what is meaning therapy?*], Frunkl. V(Author), 11th edition, Tehran, Dorsa Publications. 2000.
- Henrion, R. Alcohol Use Disorder: Alcohol Dependence. *The IFL*. 2002, 25(1). 30-38.
- Hachinson, G. A Logo therapy Approach in the Treatment of other Wise Compulsive Disorder. *The IFL*. (2004), 25(1), 46-51.
- Levinson j.I. Dr. Frankl Vita. *Achievement; Dedication, Humily*. The International Forum for Logo therapy, ۲۰۰۸ Vol; 24(2), pp: 102-111.

- Lantz, G, Heidegger's Brightness and Frankl's Self-Transcendence. The IFL. (2001). 23(2),81-88.
- Lukas, E. Logo therapy Textbook Toronto, Canada: University of Toronto Press. 1998. PP.84-128
- Lukas E. Counselling Tactics and Personality Structure. The IFL, 6(1), 1989 pp18
- Lukas, E. Psychological Ministry. The IFL, 1995. Pp.18
- Lynn, C. The Disabled and the Authentic Self. The IFL, (1981) 4(2), 126-128.
- Marshall; Maria. Review of the Tenets of Viktor E. Frankl's *of Logo-Therapy* CreateSpace Independent Publishing Platform. 2010. PP.103-123
- Mohamadpour, M (2006), [Translated Of *A Perspective on Existential Psychology and Psychotherapy*], Frunkl. V(Author) Tehran, Danesh Publishing. 2006.
- Proulx, C, M, Helms, H, M, Beuhler, C Mental quality and personal wellbeing. Ametaanalysis journal of Marriage and Family. 2007, (69) 576-593.
- Rabet. R; [Translated of *Charter of Logo-Therapy*], Marshall. M(Author), Tehran, Roshd Publications. 2003.
- Rabet. R; [Translated of *Charter of Logo-Therapy*], Marshall. M(Author), Tehran, Roshd Publications. 2003.
- Ravari, Vanaki, Orzaei and Kazemnejad a Spiritual Approach to Job Satisfaction of Clinical Nurses, A Qualitative Study, Monitoring. 2011 Volume 10, Number 2, pp. 241-231, persain.
- Russel, B. History of western philosophy. Cambridge. London. U.K. 1996. PP.292-293
- Russel, B. History of western philosophy. Cambridge. London. U.K. 1996. PP.129
- Schneider, K.J. *Existential-Integrative psychotherapy: guide spots to the core of practice*. New York: Routledge. 2007. Pp.87
- Schneider, K.J. *Existential-Integrative psychotherapy: guide spots to the core of practice*. New York: Routledge. 2007. Pp. 212
- Tabrizi, M and Alavinia, A (translated Of *Unheard Scream for Meaning*) Frunkl, V(Author) Iadavaran Publishing. 1994. persain.
- Truall, T.J. *clinical Psychology*. Belmont Wadsworth. 2005. P.p 201.
- Van Pelt, L, The Meaning of chronic Headache. The Role of the Human Spirit in conflict Resolution. The IFL. 1994, 17(2), 117-123.

Yalom, E.D and josselson, R. *existential psychology*. In R.J. Corsini and D. Wedding (EDs). *Current psychotherapies*. (ninth edition). 2011 P.P 128. Belmont.

Yalom, E.D and josselson, R. *existential psychology*. In R.J. Corsini and D. Wedding (EDs). *Current psychotherapies*. (ninth edition). 2011 P.P 113. Belmont.

Zirak.H [Translated of *Ontological-Humanistic Therapy*] Schneider, K and Crack, O(Author), Tehran Arjmand Publications. 2010.

How to cite this paper:

Najaf Tahmasbipour (2020- 2021). Logotherapy, from Theory to Practice from Frankl' s Point of View. *Journal of Ontological Researches*, 9(18), 499-522. Persian.

DOI: 10.22061/orj.2021.1518

URL: http://orj.sru.ac.ir/article_1518.html



Copyrights for this article are retained by the author(s) with publishing rights granted to SRU Press. The content of this article is subject to the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY-NC 4.0) License. For more information, please visit <https://www.creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode>.