

LOGOTERAPIJSKA SLIKA ČOVJEKA

Uvrštavanje logoterapije

Logoterapija, koju je osnovao bečki psihijatar i neurolog Viktor E. Frankl (1905.-1997.), može se uvrstiti u sadašnje mnoštvo psihoterapijskih pristupa na osnovi dva gledišta:

1. Prema W. Souceku predstavlja „Treću bečku školu psihoterapije“, pri čemu psihoanaliza Sigmunda Freuda predstavlja „Prvu bečku školu psihoterapije“, a individualna psihologija Alfreda Adlera „Drugu bečku školu psihoterapije“. Kako bismo razlikovali naglaske tih triju smjerova, postoji jednostavno praktično pravilo: Sigmund Freud u čovjeku se bavio „voljom za užitkom“, Alfred Adler „voljom za moći“, a Viktor E. Frankl „voljom za smislom“. Naravno da su to samo pojednostavljene natuknice. One karakteriziraju samo tipična težišta istraživanja. Freudove opširne teorije koncentriraju se na ljudski nagoni život, prvenstveno na senzualno zadovoljavanje seksualnog nagona čije potiskivanje vodi do duševnih poremećaja. Adler je istraživao odnos pojedinca prema socijalnoj okolini te iz njegovih dubokih kompleksa manje vrijednosti izveo čovjekovu kompenzacijsku težnju za moći. Frankl je naposljetku vidio čovjeka kao biće koje želi smisljeno oblikovati svoj život i duševno oboli ako je njegova volja za smislom frustrirana.
2. Prema američkim udžbenicima logoterapija se također ubraja u psihoterapijski „third force“ tj. treći smjer, ali drugačije nego kod Souceka. U SAD-u je psihoanaliza (čisto povijesno) „first force“, bihevioralna terapija „second force“ i takozvana egzistencijalna psihologija, koja je u Europi postala poznata pod pojmom „humanistička psihologija“ (Charlotte Bühler), „third force“. U nju se ubraja

i logoterapija, iako se Franklova koncepcija na ozbiljan način razlikuje od ideja humanističke psihologije. Naime u logoterapiji se samoostvarenje ne priznaje kao najviši cilj ljudskog postojanja, kao što je to slučaj kod različitih varijanti humanističke psihologije. U logoterapiji čovjekova autotranscendencija takoreći stoji iznad, još će se raspravljati o tome što to znači. Ovdje ćemo samo navesti da je logoterapija na američkom prostoru klasificirana kao treći smjer, iako ga sadržajno premašuje.

Jedino onaj tko sebi na takav način postavi samoostvarenje za cilj, previđa i zaboravlja da se čovjek u konačnici može ostvariti samo u onoj mjeri u kojoj ispunjava smisao, vani u svijetu, ali ne u samom sebi. Drugim riječima, samoostvarenje se suprotstavlja svrsi u onoj mjeri u kojoj se postavlja u smislu nuspojava onoga što ja nazivam autotranscendencijom ljudske egzistencije. (Frankl)¹

Osim toga postoji jednostavno praktično pravilo za pamćenje naglasaka triju velikih psihoterapijskih grupacija prema američkoj klasifikaciji. Ono glasi: Psihoanaliza smatra čovjeka bićem koje *odreagira*, bihevioralna terapija bićem koje *reagira*, a logoterapija bićem koje *agira*. I to su samo pojednostavljene natuknice čija mnemonička igra riječi leži u tome da svaki put otpadne prefiks. *Od-re-agirati* odnosi se na dinamiku nagona, „miljenika“ psihoanalize. *Re-agiranje* se odnosi na mehanizme uvjetovanja i učenja, centre bihevioralne terapije. A slobodno *agiranje* budi slobodnu volju čovjeka koja u logoterapiji zauzima visoko mjesto.

Giambattista Torello jednom je rekao da je logoterapija zadnji potpuni sustav u povijesti psihoterapije. Pod „potpuno“ mislio je da logoterapija kao metoda liječenja počiva na izbrušenoj slici svijeta i čovjeka. Bio je u pravu jer konstrukciju logoterapije nose praktično tri stupa, koja je Viktor E. Frankl nazvao kako slijedi:

slobodna volja – volja za smislom – smisao života

Dva vanjska stupa su aksiomi koji izmiču znanstvenoj provjeri, kao što su mnogi mislioci i filozofi prije Frankla ustanovili. Srednji, volja za smislom pramotivacijska je snaga čovjeka koja se može dokazati putem odgovarajućih eksperimentalno-psiholoških studija te je u međuvremenu i dokazana. Pogledajmo sva tri pojedinačno:

Stup 1 (slobodna volja)

Oduvijek se postavljalo pitanje koliko je čovjek uistinu slobodan ili neslobodan. Prema mišljenju logoterapije svaki čovjek barem potencijalno ima slobodnu volju. Takva potencijalna slobodna volja može biti ograničena ili čak dokinuta zbog bolesti, nezrelosti, senilnosti, ali to ništa ne mijenja u njezinoj temeljnoj prisutnosti. Logoterapija je nedeterministička psihologija.

Logoterapijski koncept čovjeka temelji se na tri stupa: slobodnoj volji, volji za smislom i smislu života. Prvi od njih, slobodna volja, suprotstavljen je načelu koji karakterizira većinu trenutnih pristupa čovjeku - determinizmu. Međutim suprotstavlja se samo onome što sam navikao nazivati pandeterminizmom, jer govor o slobodnoj volji ni na koji način ne podrazumijeva bilo kakav indeterminizam. Naposljetku, slobodna volja znači slobodu ljudske volje, a ljudska volja je volja konačnog bića. Čovjekova sloboda nije sloboda od uvjeta, već sloboda zauzimanja stava prema uvjetima s kojima bi se čovjek mogao suočiti. (Frankl)²

Stup 2 (volja za smislom)

Motivacijski koncept volje za smislom govori da je svaki čovjek ispunjen težnjom i čežnjom za smislom. U ispunjavanju smisla susreću se

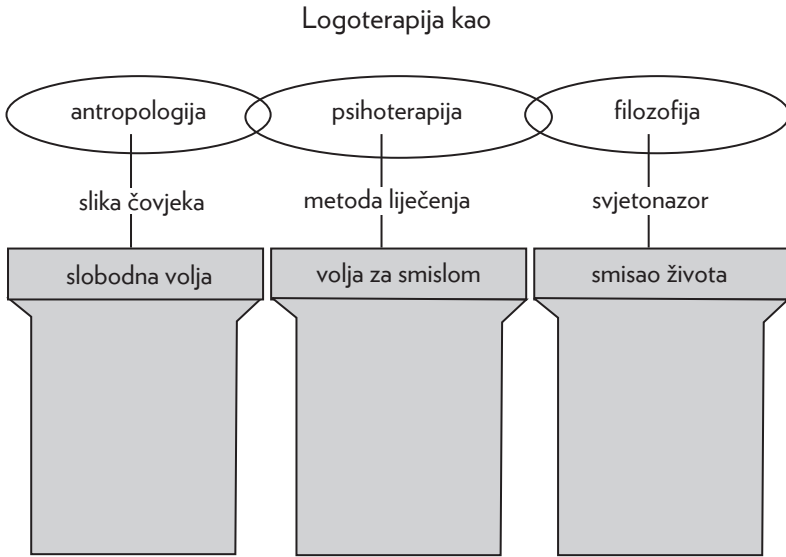
dvije korespondencije: unutarnji dio - težnja i čežnja čovjeka, i vanjski - smisao situacije. Ako je čovjekova slobodna volja ograničena zbog bolesti, nezrelosti, senilnosti, što može biti slučaj, riječ je o oštećenju percepcije vanjskog dijela, a ne o smanjenju unutarnjeg, koji ostaje kao legitimacija humanog čak i kod najtežih defekata. Logoterapija je prema smislu orijentirana psihoterapija.

Smisao je nešto objektivno, i to nije samo izričaj mojeg unutarnjeg i osobnog svjetonazora nego i rezultat psiholoških istraživanja. Max Wertheimer, osnivač gestalt psihologije, izričito je napomenuo da u svakoj pojedinoj situaciji stanuje istraživački karakter, upravo smisao koji osoba koja je suočena s tom situacijom treba ispuniti i da „demands of the situation“ treba osloviti kao „objective qualities“. Ono što ja zovem voljom za smislom čini se da se temelji na gestalt shvaćanju. James C. Crumbaugh i Leonard T. Maholick označavaju volju za smislom kao stvarnu ljudsku sposobnost oblikovanja smisla ne samo u „stvarnom“ nego i u „mogućem“ (Frankl)³

Stup 3 (smisao života)

Postulat smislenosti života dolazi do izražaja u logoterapijskom uvjerenju da život ima bezuvjetni smisao koji se ni u kakvim okolnostima ne gubi. Međutim on može promaknuti ljudskom shvaćanju, to je sveobuhvatna veličina koja se mora stalno iznova osjetiti i naslutiti. Slijedi: Logoterapija je pozitivan svjetonazor.

Ne postoji životna situacija koja bi stvarno bila besmislena. I to zbog činjenice da se naizgled negativne strane ljudske egzistencije, pogotovo tragična trijada - patnja, krivnja i smrt - mogu pretvoriti u nešto pozitivno ako im se pristupi s pravim stavom. (Frankl)⁴



Grafika prikazuje da svakom stupu odgovara jedna znanstvena disciplina. Slobodna volja je osnova logoterapijske slike o čovjeku i oblikuje njezine antropološke temelje. Volja za smislom je polazna točka za liječenje i prožima cijeli psihoterapijski opus. Smisao života znači vjeru da u svim okolnostima postoji bezuvjetan smisao i pripada njezinu svjetonazoru, njezinoj filozofiji.

U ovom ćemo se udžbeniku uglavnom baviti logoterapijom kao metodom liječenja. Međutim za uspješnu primjenu logoterapijskih metoda potrebno je barem u grubim crtama upoznati njezinu sliku čovjeka, kao što je i potrebno primijeniti njezinu sliku svijeta u prevenciji i naknadnoj skrbi. Stoga, objašnjenjima o logoterapijskom rješavanju duševnih poremećaja prethodi kratka sistematika antropoloških temelja logoterapije koja završava osvrtom na njezino filozofsko učenje.

Prije nego što počnemo treba još nešto reći o pitanju koje se često postavlja: Koliko neko sustavno učenje koje se temelji na dva stupa (1.

i 3.) koja nisu empirijski dokazana može biti znanstveno? Naime svaki psihoterapijski oblik ima svoje zasebno aksiomatsko tlo, ali i ukupnoj medicinskoj znanosti potreban je barem jedan stup za opravdanost egzistencije, tj. vjera da je ljudski život vrijedan. Bez tog aksioma nema razloga za medicinsku skrb bolesnika, može ga se pustiti i da umre. Nije moguće znanstveno dokazati da je održavanje života prednost, pogotovo ako se promatra u odnosu na prenapučenost na Zemlji. Ne bismo trebali dirati u predodžbu o principijelnoj vrijednosti ljudskog života koja odjekuje iz naše nutrine a koja je u logoterapiji nadopunjena komponentom smislenosti.

Još kontroverznijim se pokazuje problem slobodne volje. Ali čak i u tom pogledu svaka psihoterapija mora barem pristati na osnovnu pretpostavku da je pacijent promjenjiv. Terapijski bi trud unaprijed bio besmislen bez takve pretpostavke, a opet se takva sposobnost transformacije ne može dokazati, ili bi se to moglo učiniti samo naknadno.

Iako logoterapija i egzistencijalna analiza polaze od kliničke prakse, ne može se izbjeći da se one ulijevaju u metakliničku teoriju. Implicitno, svaka psihoterapija uključuje svoj pogled na sliku čovjeka. Tako se krug zatvara. Klinička je praksa uvijek uvelike određena slikom čovjeka, koju liječnik, iako nesvjesno, upućuje svom pacijentu. Zaista se svaka psihoterapija odvija na apriornoj podlozi. Ona je utemeljena na određenoj antropološkoj predodžbi o čovjeku, bez obzira na to u kojoj je mjeri psihoterapeut toga svjestan. (Frankl)⁵