План

1. Введение

2. Проблема смысла жизни человека по Франклу

3. Понятие "экзистенциального вакуума"

4. Виды смыслов по Франклу: ценности

5. Учение Франкла о свободе воли

Заключение

Список литературы

## 1. Введение

Проблема смысла жизни поднимается на каждом новом историческом этапе и в сознании каждого размышляющего о бытии человека. Человек - единственный среди живых существ - способен объективировать собственное бытие и вместе с тем осознавать конечность всякого существования. Вопрос о смысле жизни, являясь глубинной основой человеческой мотивации, теснейшим образом связан с пониманием специфики человеческого существования, его природы и сущности.

Человеческий род, понимаемый как исторически сменяющие друг друга поколения людей, обладает определенными специфическими чертами, которые качественно отличают его от других живых существ. Развитие человека и общества связано с изменениями условий бытия людей и их представлений о смысле жизни. Попытки философов определить некий вечный смысл жизни изначально были обречены на неудачу, ибо, будучи детерминированным общественной средой и социальной ориентацией личности он каждый раз выявляет себя по-новому. В любой исторической эпохе существуют только ей присущие доминанты в определении смысла жизни и по мере ее развития он претерпевает существенные изменения, приобретая новые социально значимые качества. Так на смену традиционно-религиозным представлениям (готовить себя к потусторонней жизни) приходят толкования смысла жизни с позиций абстрактной добродетели (служить истине, добру), максимального удовлетворения биологических потребностей человека (стремление к достижению наибольшего наслаждения), экзистенциально-пессимистические концепции (человек рождается для страдания и смерти) и т.д.

Решение проблемы смысла жизни в социально-психологическом аспекте предлагает В. Франкл, отводя важнейшую роль в изучении смысла жизни субъекту, стремящемуся к поиску и реализации смысла своего существования.

## 2. Проблема смысла жизни человека по Франклу

Франкл утверждает:

а) что человеческий дух есть особая сущность, которая и испытывает потребность в смысле;

б) что смыслы в мире существуют объективно, поскольку даны Богом;

в) что поэтому за реализацию смыслов человек несет ответственность перед Богом;

г) что познание интуитивно, и совесть есть тот орган, который всегда и в любой ситуации провидит "должное".

Смысл действий есть их результат (совокупность всех последствий). Человек существует во взаимосвязанном мире и в силу этого любое его действие или бездействие (то есть само его существование) объективно имеет тот или иной результат. Понимание результата как смысла - субъективно, но объективно обусловлено имеющейся у человека потребностью в смысле. (Результат объективно существует во внешней реальности; смысл является его образом в нашей логической реальности, но в этой реальности он также существует объективно. Не стоит вновь напоминать, что про внешнюю реальность мы ничего не знаем и имеем на практике дело только с реальностью своих представлений). Смысл жизни человека это совокупность всех последствий его существования в объективном мире.

Цель есть еще не достигнутый результат, к которому человек намеренно стремится. Возможный результат должен объективно существовать в пространстве возможностей (иначе нет смысла к нему стремиться так как он был бы недостижим). И в этом смысле он объективен и может быть только открыт (а не выдуман или изобретен). Но понятие цели всегда субъективно, поскольку субъективно (и не наблюдаемо!) намерение. Каковое, впрочем, также объективно обусловлено потребностью "человека рационального" в том, чтобы его поведение было целесообразным. Если человек пассивен, то нет смысла говорить о рациональном управлении поведением. Если же он намеренно активен, то эта активность не абстрактна, а всегда проявляется в конкретной объективной ситуации жизни. При этом среди своих возможных действий человек пытается выбрать те, которые повлияют на данную ситуацию в пользу реализации одного или нескольких ее возможных исходов, которые выбираются из всего множества таких возможностей в качестве целей. Цель сознательного существования человека - изменить смысл этого своего существования (на более желательный из возможных).

Поиск каждым человеком смысла является главной силой его жизни, а не "вторичной рационализацией" инстинктивных влечений. Смысл уникален и специфичен потому, что он должен быть и может быть осуществлен только самим вот этим человеком и только тогда, когда он достигает понимания того, что могло бы удовлетворить его собственную потребность в смысле.

Стремление к поиску и реализации человеком смысла своей жизни Франкл рассматривает как врожденную мотивационную тенденцию, присущую всем людям и являющуюся основным двигателем поведения и развития личности. Из жизненных наблюдений, клинической практики и разнообразных эмпирических данных Франкл заключает, что для того, чтобы жить и активно действовать, человек должен верить в смысл, которым обладают его поступки.

Вопрос о том, как человек находит свой смысл, является ключевым для практики логотерапии. Франкл подчеркивает, что смыслы не изобретаются, не создаются самим индивидом; их нужно искать и находить. Найти смысл - не конечная цель человека. Нужно еще осуществить его. Франкл характеризует стремление, порождаемое смыслом, в отличии от влечения, порождаемого потребностями, как то, что требует постоянного принятия индивидом решения.

Поскольку стремление к реализации уникального смысла своей жизни делает каждого человека уникальной личностью, Франкл говорит также о смысле самой личности человека, его индивидуальности. Смысл человеческой личности всегда связан с обществом, в своей ориентации на общество смысл жизни трансцендирует себя. И наоборот, смысл общества в свою очередь конституируется существованием индивидов [2; С.15].

Таким образом, учение о смысле жизни в теории Франкла может быть выражено в следующем тезисе: жизнь человека не может лишиться смысла ни при каких обстоятельствах; смысл жизни всегда может быть найден. Осуществление смысла своей жизни является для человека императивной необходимостью по причине конечности, ограниченности и необходимости бытия человека в мире, невозможности отложить что-то на потом. Осуществляя смысл своей жизни, человек осуществляет тем самым самого себя (самоактуализация).

## 3. Понятие "экзистенциального вакуума"

Отсутствие смысла порождает у человека состояние, которое Франкл называет экзистенциальным вакуумом. Экзистенциальный вакуум - явление широко распространенное в наши дни. Это вполне понятно и может быть объяснено той двойной потерей, которой подвергся человек с тех пор, как стал действительно человеком. В начале человеческой истории человек потерял некоторые из основных животных инстинктов, которые определяли поведение животного и посредством которого оно охранялось. Такая защита, подобно раю, закрыта для человека навсегда; человек должен совершать выбор. Вдобавок к этому при последующем развитии человек претерпел вторую потерю: традиции, которые служили опорой его поведения, сейчас быстро разрушаются. Никакой инстинкт не говорит ему, что он вынужден делать, никакая традиция не подсказывает ему, что он должен делать, вскоре он уже не знает, что он хочет делать. Все больше и больше от начинает руководствоваться тем, что заставляют его делать другие, все в большей степени становясь жертвой конформизма.

Экзистенциальный вакуум проявляется в основном в состоянии скуки. Теперь вполне понятен Шопенгауэр, когда он говорил, что человечество, по-видимому, обречено вечно колебаться между двумя крайностями - нуждой и скукой. Действительно, скука в наше время ставит перед психиатром гораздо больше проблем, нежели нужда. И эти проблемы растут с угрожающей быстротой, так как процесс автоматизации, по-видимому, приведет к значительному увеличению свободного времени. Беда состоит в том, что большинство не знает, что же делать со вновь образовавшимся свободным временем" [1; С.128]. Именно экзистенциальный вакуум, согласно наблюдениям Франкла, подкрепленным многочисленными клиническими исследованиями, является причиной, порождающей в широких масштабах специфические "ноогенные неврозы", распространившиеся в послевоенный период в странах Западной и Восточной Европы.

Франкл так говорит о влиянии вакуума: "Давайте задумаемся, например, о "воскресных неврозах" - таком виде депрессии, который охватывает многих при сознании недостатка содержания своей жизни, когда обрывается натиск недельных занятий и становится очевидна пустота собственного существования. Немало случаев самоубийства можно было бы объяснить экзистенциальным вакуумом. Такие широко распространенные явления, как алкоголизм или юношеская преступность, будут непонятны до тех пор, пока мы не обнаружим экзистенциальный вакуум, лежащий в их основе. Это справедливо также и по отношению к преступникам, и по отношению к кризисам пожилых людей.

Более того, существуют различные скрытые формы и ложные проявления, за которыми обнаруживается экзистенциальный вакуум. Иногда фрустрированная потребность в смысле жизни компенсируется стремлением к власти, включая наиболее примитивную форму воли к власти - желание денег. В других случаях место фрустрированной потребности в смысле жизни занимает стремление к удовольствию. Экзистенциальная фрустрация поэтому часто приводит к сексуальной компенсации. В таких случаях мы наблюдаем сильное сексуальное влечение, разросшееся на почве экзистенциального вакуума. Аналогичное явление имеет место в случае невроза. Поэтому логотерапия назначается не только в нусогенных случаях, как было отмечено выше, но также и в психогенных случаях, в частности в тех, что я назвал "псевдосоматогенными неврозами". [1; С.128].

Необходимым условием психического здоровья, по Франклу, является определенный уровень напряжения, возникающего между человеком, с одной стороны, и локализованным во внешнем мире объективным смыслом, который ему предстоит осуществить, с другой стороны.

## 4. Виды смыслов по Франклу: ценности

Франкл выделяет три вида "смыслов" в человеческой жизни, связанные с тремя видами ценностей: "ценности действия", "ценности переживания" и "ценности отношения". Все сказанное выше относится к смыслам (целям), связанным с ценностями действия.

Ценность - это то, что важно (ценно) для кого-то. Франкл утверждает, что ценности существуют в мире объективно. Так, приводя пример таких ценностей, Франкл пишет: "Несколько лет назад во Франции проводился опрос общественного мнения. Результаты показали, что 89% опрошенных считают, что человек нуждается в "чем-то таком", ради чего он живет. Другими словами, потребность в смысле является для большинства фактом, а не слепой верой.

Конечно, могут быть такие случаи, когда отношение человека к ценностям на самом деле является только маскировкой скрытых внутренних конфликтов. Но такие люди являются скорее исключением из правила, чем самим правилом. В таких случаях вполне оправдана психологическая интерпретация. В таких случаях мы на самом деле имеем дело с псевдоценностями (хорошим примером этого служит фанатизм), и как псевдоценности они должны быть демаскированы. Демаскировка или развенчание, однако, должна быть сразу же прекращена при встрече с достоверным и подлинным в человеке, в частности, с сильным стремлением к такой жизни, которое было бы настолько значительно, насколько это возможно. Если же развенчание в таком случае не прекращается, то совершающий развенчание просто выдает свою собственную потребность в том, чтобы подавить духовное стремление другого.

Мы должны очень осторожно относиться к тенденции понимать ценности в терминах простого самовыражения человека. Логос, или смысл, есть не просто выход за пределы собственного существования, но скорее нечто противостоящее существованию. Я считаю, что мы не выбираем смысл нашего существования, а скорее обнаруживаем его" [1; С.120].

Получается, что не человек ставит перед собой вопрос отыскания смысла жизни, а жизнь ставит этот вопрос перед ним. Человеку, таким образом, приходится ежедневно и ежечасно отвечать на него - не словами, а действиями.

Приоритет принадлежит ценностям творчества, основным путем реализации которых является труд. При этом смысл и ценность приобретает труд человека как его вклад в жизнь общества, а не просто как его занятие. Из числа ценностей переживаний Франкл подробно останавливается на любви, которая обладает богатым ценностным потенциалом. Любовь - это взаимоотношения на уровне духовного, смыслового измерения, переживание другого человека в его неповторимости и уникальности, познание его глубинной сущности.

Второе уточнение касается связи "ценности" и "смысла". Фрейд провозгласил первичность удовольствия и потому вынужден был выводить из удовольствия даже религиозные потребности. Франкл объявил первичным смысл, и потому ценностью у него может быть только то, что имеет смысл. Однако различные психические механизмы (возникшие на различных этапах эволюции) действительно различны, и нет необходимости сводить их друг к другу. А потому, принимая определение ценности как "субъективно значимого", мы можем заметить, что различные ценности могут быть значимы для людей потому, что удовлетворяют различные их потребности, а не только потребность в смысле. Значит, не всякая ценность может служить в качестве смысла. Основной критерий различия при этом, на наш взгляд, следующий. Выше указывалось, что смысл есть субъективное восприятие некоторого объективного результата нашего существования (то, что останется, даже если нас вдруг не станет). Значит, такие сугубо субъективные категории как "переживание" и "отношение" под это определение не попадают.

Наибольшие практические результаты и достижения логотерапии связаны как раз с ценностями отношения, с нахождением людьми смысла своего существования в ситуациях, представляющихся безвыходными и бессмысленными. Франкл считает ценности отношения в чем-то более высокими, хотя их приоритет наиболее низок - обращение к ним оправдано, лишь когда все остальные возможности более активного воздействия на собственную судьбу исчерпаны.

В отношении субъективности восприятия счастья, Франкл замечает: "Я сомневаюсь, что врач может ответить на этот вопрос одной общей фразой, так как смысл жизни различается от человека к человеку, изо дня в день, от часа к часу. Поэтому важен не смысл жизни вообще, а скорее специфический смысл жизни данной личности в данный момент времени. Постановку вопроса о смысле жизни, когда он задан вообще, можно сравнить с вопросом, поставленным перед чемпионом по шахматам: "Скажите, учитель, какой самый хороший ход в мире?" Просто не существует такой вещи, как наилучший или просто хороший ход, в отрыве от конкретной игровой ситуации, в отрыве от конкретной личности противника. То же самое справедливо и в отношении человеческого существования. Мы не должны искать абстрактного смысла жизни. У каждого свое собственное призвание и миссия в жизни, каждый должен выносить в душе конкретное предназначение, которое требует своей реализации. Человеческую жизнь поэтому нельзя переместить с места на место, жизнь конкретного человека неповторима. Итак, задача каждого - единственна, как единственны и специфические возможности ее существования.

Логотерапия видит в ответственности перед жизнью самую сущность человеческого существования" [1; С.126].

Утверждая уникальность и неповторимость смысла жизни для каждого человека, Франкл тем не менее отвергает некоторые из "философий жизни". Так, смыслом жизни не может быть наслаждение, ибо оно есть внутреннее состояние субъекта.

## 5. Учение Франкла о свободе воли

Основной тезис учения Франкла о свободе воли гласит: человек способен найти и реализовать смысл жизни, даже если его свобода заметно ограничена объективными обстоятельствами. Признавая очевидную детерминированность человеческого поведения, Франкл отрицает его пандетерминированность. Франкл говорит о свободе человека по отношению к своим влечениям, к наследственности и к факторам и обстоятельствам внешней среды.

Свобода по отношению к влечениям проявляется в возможности сказать им "нет", принять или отвергнуть их. Свобода человека по отношению к внешним обстоятельствам хотя и не беспредельна, но существует, выражаясь в возможности занять по отношению к ним ту или иную позицию. Тем самым само влияние обстоятельств на человека опосредуется позицией человека по отношению к ним.

Человек свободен благодаря тому, что его поведение определяется прежде всего ценностями и смыслами, локализованными в поэтическом измерении и не испытывающими детерминирующих воздействий внешних факторов.

Важным вопросом учения о свободе воли является вопрос, для чего человек обладает свободой. По Франклу, это свобода взять на себя ответственность за свою судьбу, свобода слушать свою совесть и принимать решения о своей судьбе. Это свобода изменяться, свобода от того, чтобы быть именно таким, и свобода стать другим. Франкл определяет человека как существо, которое постоянно решает, чем он будет в следующий момент. Свобода, таким образом, это не то, что он имеет, а то, что он есть.

Акт принятия решения за себя - проявление не только свободы, но и ответственности. Свобода, лишенная ответственности, вырождается в произвол. Эта ответственность сопряжена с бременем выбора человеком, какие таящиеся в мире и в нем самом возможности заслуживают реализации, а какие нет. Это ответственность человека за аутентичность его бытия, за правильное нахождение и реализацию им своего смысла жизни. По сути, это ответственность человека за свою жизнь. Проблема ответственности является узловой проблемой логотерапии.

## Заключение

Основная проблема, которая явилась поводом к написанию рассмотренной нами книга В. Франкла явилась проблема утраты людьми смысла жизни, которая была актуальной не только для одной страны или нескольких стран, а для всего общества в целом. Франкл был отнюдь не единственным, кто констатировал в 50-60 гг. все более широкое распространение в западном обществе утраты людьми смысла собственной жизни. Однако, никому не удалось столь глубоко понять психологические корни этого явления и дать ответ на многие вопросы, которые принесла новая эпоха.

Созданная Франклом теория логотерапии и экзистенционального анализа представляет собой сложную систему философских, психологических и медицинских воззрений не природу и сущность человека, механизмы развития личности в норме и патологии и на пути и способы коррекции аномалий в развитии личности. В своей теории Франкл выделяет три основных части: учение о стремлении к смыслу, учение о смысле жизни и учение о свободе воли.

Говоря о сущности познания, Франкл отмечает: "Объявляя, что человек - творец ответственности и должен актуализировать потенциальный смысл в своей жизни, я хотел подчеркнуть, что истинный смысл жизни можно скорее найти в мире, чем внутри человека или внутри его психики, даже если бы она была закрытой системой. Человеческое существование есть скорее самотрансценденция, нежели самоактуализация. Самоактуализация не может быть возможной целью еще и по той простой причине, что чем больше человек будет за нее бороться, тем больше он будет ее терять, так как только в той степени, в которой человек отдает себя осуществлению своего жизненного смысла, он также и актуализирует, проявляя, себя. Другими словами, самоактуализация не может быть достигнута, если она замыкается на саму себя. Она достижима только тогда, когда является побочным эффектом самотрансценденции" [1; С.134].

Согласно логотерапии, мы можем обнаружить смысл жизни тремя путями:

1) совершая дело (подвиг);

2) переживая ценности;

3) путем страдания.

Таким образом, формулируя основной тезис учения о стремлении к смыслу, нужно отметить, что человек стремится обрести смысл и ощущает фрустрацию или вакуум, если это стремление остается нереализованным.

## Список литературы

1. Виктор Франкл. Поиск смысла жизни и логотерапия. /Психология личности. Сборник, М., МГУ, 1982, с.118-126.
2. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: / Общ. ред. Л.Я. Гозмана. - М.: Прогресс, 1990. - 368 с.
3. Колесников В.Н. Лекции по психологии индивидуальности/ Рос. акад. наук. Ин-т психологии: М.: Ин-т психологии РАН, - 1996. - 224с.
4. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология. Учебно-справочное пособие. - М.: Бизнес-школа. Интел-Синтез. - 1998, - 238 с.
5. Лэнге А. Виктор Франкл - поверенный человечности // Вопросы психологии. - 2005. - №3, С.107 - 111.
6. Братусь Б.С. Несмотря ни на что - сказать жизни "да" (уроки Виктора Франкла) // Вопросы психологии. - 2005. - №3, С.112 - 121.