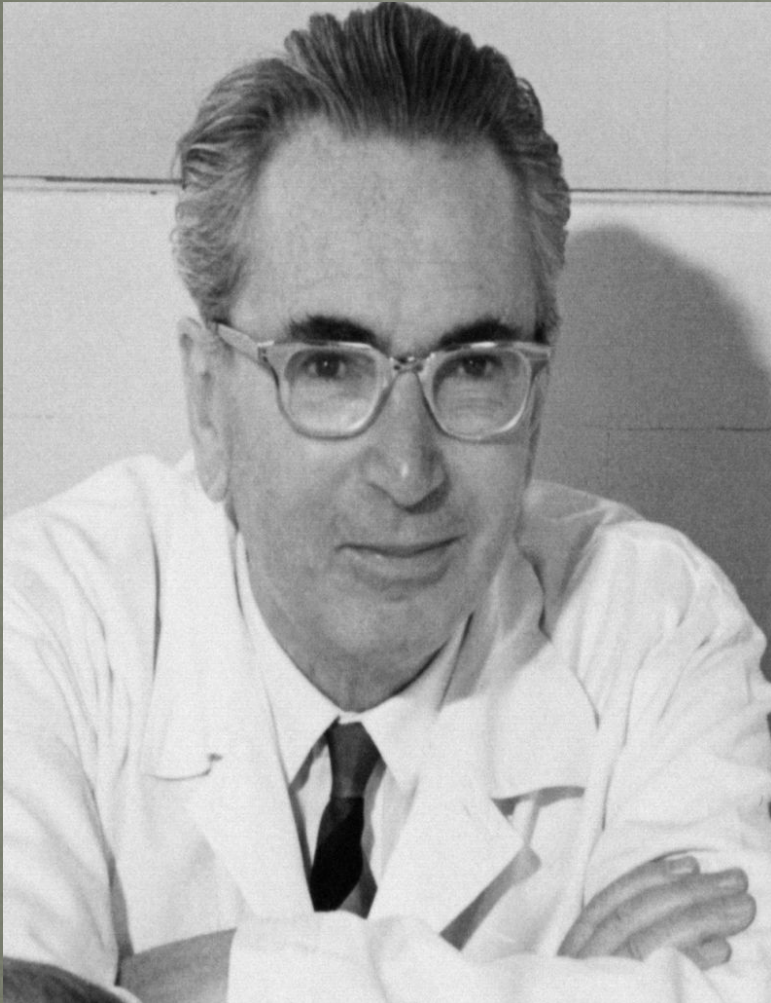


# Логотерапия Виктора Франкла

---

Выполнила:  
Скоркина Анастасия  
Гр.14-10

# Виктор Франкл



Виктор Франкл 26 марта 1905 – 02 сентября 1997.

В 1923 году, изучал медицину в Венском университете, где позднее выбрал специализацию в области неврологии и психиатрии.

Особо глубоко изучал психологию депрессий и самоубийств.

# Виктор Франкл

- После трёх лет, проведенных в концлагерях, Франкл вернулся в Вену.
- В 1946 году он воссоздал и провел ревизию своей книги, которая была уничтожена во время его депортации, «Доктор и Душа», и книга «Человек в поисках смысла».

# Труды Франкла

- Основные понятия логотерапии.
- Психотерапия для повседневной жизни (из книги "Психотерапия на практике").
- В борьбе за смысл.
- Десять тезисов о личности.
- Детерминизм и гуманизм: критика пандетерминизма.
- Доктор и душа.
- Духовность, свобода и ответственность.
- Коллективные неврозы наших дней.



# Цель

- Франкл считал человеческую жизнь бесконечным поиском смысла. Он был уверен, что отсутствие смысла приводит людей на грань безумия и самоубийства, ведь они начинают испытывать психологический вакуум. Логотерапия не пытается дать пациенту ответы на вопросы и навязать свое видение ситуации. Она всего лишь направляет человека и позволяет ему самому определить свой смысл, ради которого стоит жить и идти вперед. -  
Читайте подробнее на

# Логотерапия

- Логотерапия — один из видов экзистенциальной психотерапии, основанный на поиске и анализе смыслов существования.



- История логотерапии восходит к 30-м годам XX века.
- Отталкиваясь от таких направлений, как психоанализ Зигмунда Фрейда и индивидуальная психология Альфреда Адлера.
- Франкл разработал основы нового оригинального подхода, которые были им впервые опубликованы в 1938 г.

# Основные понятия

- Свобода воли.
  - Стремление к смыслу
  - Сознание и подсознание
  - Духовное бессознательное
  - Сознание
  - Религиозное подсознательное
  - Смысл жизни
  - Смысл смерти
  - Самоотрансценденция
- Источники смысла
  - Сверхсмысл
  - Экзистенциальная фрустрация
  - Экзистенциальный вакуум
  - Ноогенный невроз





# Методы логотерапии

- Парадоксальная интенция
- Деревфлексия



# Парадоксальная интенция

- Цель-помогать клиентам высмеивать имеющиеся у них симптомы невроза. Данный метод способствует уменьшению выраженности преждевременной тревоги при фобиях.
- Метод заключается в том, что клиентам предлагают намеренно сделать именно то, чего они боятся. Это задействует чувство юмора клиентов и усиливает ощущение отстраненности от неврозов, так как клиенты начинают смеяться над ними.
- При фобиях парадоксальная интенция применяется с целью уменьшения выраженности преждевременной тревоги, которая является реакцией клиентов на события и отражает страх повторения этих событий.

# Дерекфлексия

- С помощью дерекфлексии можно противодействовать чрезмерному вниманию. Цель применения дерекфлексии - помогать клиентам игнорировать симптомы невроза.
- Клиентов следует перерекфлексировать (переориентировать) от их тревоги на решение доступной для них задачи.

# Техники

- Дерекфлексия
- Персональное осмысление жизни
- «Сократовский диалог»



# Дерекфлексия

- Состоит в том, что человеку рекомендуется переключить внимание с самого себя на смыслы и ценности, которые он может воплотить в окружающем мире.
- Посредством метода дерекфлексии пациент становится способным «игнорировать» свой невроз, отвлекая своё внимание от самого себя.

# Персональное осмысление жизни

- Прием заключается в том, чтобы человеку, утратившему смысл жизни, сказать, показать, что он нужен другому человеку, что жизнь без него теряет для этого человека смысл.
- Таким образом, смысл своей жизни человек приобретает через осознание того, что он нужен и полезен другим, близким ему людям. Это один из способов превращения жизни, лишенной смысла, в осмысленную, осознание своей уникальности, незаменимости, по крайней мере, хотя бы еще для одного человека. Человек может найти смысл своей жизни в творчестве, в том, что он делает добро для других, в поисках истины, в общении с другим человеком. Самое главное, чтобы он мог получать удовлетворение от всех этих дел и видов деятельности. По Франклу, проблема заключается не в том, в каком положении оказался человек, а в том, как он относится к своему положению.

# «Сократовский диалог»

- Задача данного приема — вовлечение клиента в сотрудничество и расширение сферы его сознания.
- 
- «Сократовский диалог» — своего рода интеллектуальный поединок между психологом и клиентом, в ходе которого корректируются непоследовательные, противоречивые и бездоказательные суждения клиента.
- Персональное осмысление жизни - прием заключается в том, чтобы человеку, утратившему смысл жизни, сказать, показать, что он нужен другому человеку, что жизнь без него теряет для этого человека смысл.

# Вывод:

- С возникновением направления логотерапия психология приобрела новый опыт, до Виктора Франкла не занимался терапией в подобном направлении.
- Франкл сосредоточил свое внимание на вопросах о роли смысла в терапии и психопатологии.



- В настоящее время идеи Франкла продолжают развиваться в Институте Логотерапии и Экзистенциального Анализа в Вене.
- К 1995 году этот институт издал более 131 книги по Логотерапии и экзистенциальному анализу.

- К сегодняшнему моменту было проведено около десяти всемирных конгрессов по Логотерапии. (преимущественно в Америке).
- в Австрии, Швейцарии, США, ЮАР, Аргентине и Бразилии издаются журналы по Логотерапии
- Отечественные логотерапевты : Выготский Л.С.  
Леонтьев А.Н. Лященко Н.Н. Пономарев Е.Ю.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

