УДК 167/168

**А.Є. Москаленко**

# СЕНС ЖИТТЯ(ЗА ТВОРЧИМ ДОРОБКОМ В. ФРАНКЛА)

Вінницький національний технічний університет

**Анотація**
Стаття присвячена дослідженню такого питання, як сенс життя за доробком Франкла.
**Ключові слова:** сенс життя, В. Франкл, логотерапія, людина, теорія.

**Abstract**
The article is devoted to the study of such a question as the meaning of life according to Frankl's work.
**Key words:** the meaning of life, V. Frankl, logotherapy, man, theory

## Вступ

Уже багато поколінь людей задається питання що таке життя, який його сенс , для чого люди приходять в це життя? Над цим думали протягом багатьох століть мислителі, філософи, науковці та і просто звичайні люди. Думаю кожен із нас хоч раз замислювався над питанням, для чого ми живемо. Тому пропоную розглянути більш детально теорію Віктора Франкла.

## Основна частина

Віктор Франкл – це австрійський психіатр, філософ і невролог, який став засновником логотерапії та книги «Людина в пошуках сенсу». За думкою Франкла сенс життя є індивідуальним і залежить від того як людина ставиться до тих чи інших викликів та подій. Він вижив у концтаборах під час Другої світової війни і написав книгу "Людина в пошуках сенсу", де поділився своїми досвідом та ідеями про те, як знайти сенс навіть у найважчих обставинах. Якщо розглядати його іншу книгу «Допомога стражденним», то в ній він розглядає практичне використання логотерапії. А в книзі «Психологія людського духу» є узагальненим описом сенсу життя. Отже, можна зазначити що більшу частину свого життя Віктор Франкл присвятив вивченню теорії сенсу життя та психології особистості.

Суть логотерапії Франкла полягає в тому, що основна ціль людини в її житті – це знайти сенс цього життя. За його теорією сенс життя для кожного індивідуальний і кожен має сам відкрити його для себе . Сенс не може бути нав’язаний ззовні, якимись факторами чи іншими людьми. Він у кожного відрізняється, тому що в першу чергу залежить від досвіду, цінностей, потреб та моральних принципів. Один із ключових аспектів теорії Франкла - це ідея того, що навіть у найважчих умовах життя, коли здається, що немає виходу, людина все ж може знайти сенс. Він власноруч пережив це під час свого ув'язнення в концтаборах під час Другої світової війни, де втратив сім'ю та друзів, але зумів знайти сенс в розумінні, що його страждання мають певний сенс, і він має обов'язок залишити світові свій внесок через своє власне переживання та досвід [2]. В. Франкл виходячи з життєвого досвіду, був глибоко впевнений, що прагнення до сенсу і його пошуку закладено в самій природі людини. [3] Тому і його реалізація розуміється В. Франклом як «духовний об’єкт», до якого прагне людська душа і який є основним рушієм поведінки та розвитку особистості.[3]

Давайте розглянемо основні ідеї логотерапії Франкла:

1. **Сенс в стражданні:** Франкл вважав що навіть в найтяжчих стражданнях можна знайти сенс, та в поратися із проблемами, знайти віру та надію на краще майбутнє;
2. **Відчуття відповідальності:** Людина має відчувати відповідальність за власне життя та за вибір, яким вона вирішує та реагує на різні життєві обставини;
3. **Воля до сенсу:** Це бажання знаходити сенс у всьому, що робить людина, навіть в обставинах, які здаються безнадійними. Людина має вибір свого ставлення до різних подій;
4. **Сенс як мета життя:** Логотерапія висуває ідею, що пошук сенсу життя можливо є головною метою життя. Ця мета може надавати силу і мотивацію для подолання труднощів;

Франкл казав: "Людина може зберегти залишок духовної свободи, психічної незалежності, навіть у найстрашніших обставинах психічної і фізичної напруги".[1] Якщо аналізувати його вислів, то дійсно можна зрозуміти, що його логотерапія побудована саме на збереження свободи та психічної незалежності в найгірші моменти свого життя. Адже так, якщо задуматись скільки людей хотіло або навіть робило самогубство коли у них була чорна полоса в житті. На мою думку, це дуже велика проблема і саме таким людям обов'язково потрібно знайти сенс жити, навіть якщо це буде якась маленька деталь чи інша людина.

У дослідженні, проведеному Університетом дель Норте (Колумбія), для вивчення клінічного випадку використовують логотерапію або також називають Третью віденську школу психотерапії. Найважливішими є три основні антропологічні виміри, запропоновані Віктором Франклом, і які роблять цю школу способом втручання, заснованого на сенсі. Перший з них - біологічний або соматичний, утворений капралом. Другий, психічний, складається з психодинамічних характеристик людини. І третій, і останній, духовний, який виходить за рамки попередніх. [1]

**Висновок**

Отже, творчий доробок Франкла надав нам глибокі думки стосовно сенсу життя, але він також нагадує нам, що ця відповідь завжди залежить від кожного із нас і може бути знайдена тільки в нашому власному серці та досвіді. Сенс життя - це завдання, яке кожен з нас повинен приймати та розвивати впродовж усього свого життя. Хтось знаходить сенс життя в інших людях, хтось в роботі, а хтось в релігії. Але кожному з нас дуже важливо мати сенс, бо без нього ми не зможемо жити, лише існувати.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ


1. https://ua.sainte-anastasie.org/articles/psicologia/el-sentido-de-la-vida-segn-viktor-frankl.html
2. https://credo.pro/2016/03/153912
3. https://newacropolis.org.ua/articles/sens-zhyttia-iak-skladova-zdorovia-liudyny



***Москаленко Аліна Євгеніївна***- студентка групи 1БКС-22б, факультету інформаційних технологій та комп'ютерної інженерії, Вінницький національний технічний університет, Вінниця, e-mail: moskalenkoalina56@gmail.com

**Науковий керівник:** ***Головашенко Ірина Олегівна*** — канд. філос. наук, доцент кафедри філософії, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця, Україна, email : irolho@gmail.com

***Moskalenko Alina Evgeniivna***- student of group 1BKS-22b, faculty of information technologies and computer engineering, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: moskalenkoalina56@gmail.com

**Scientific quarry:** ***Holovashenko Iryna*** — PhD, Assosiated professor of the Department of Philosophy, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, email : irolho@gmail.com