

SMISAO KAO TERAPIJA: FILOZOFSKA OSNOVA LOGOTERAPIJE VIKTORA FRANKLA

Autor: ANABELA ZRNIC

e-mail: anabela.zrnic@student.ff.unibl.org

Mentor: prof. dr Goran Stojanović

Filozofski fakultet Univerziteta u Banjoj Luci

Uvod: Viktor Frankl, austrijski psihijatar i osnivač logoterapije, oblikovao je svoju misao pod snažnim uticajem egzistencijalne filozofije i ličnog iskustva iz koncentracionog logora. Njegovo uvjerenje da je potraga za smislom osnovna ljudska motivacija, utemeljeno je u filozofskoj tradiciji i usmjereno ka konkretnim terapijskim implikacijama. U vremenu kada se sve više govori o filozofskoj terapiji i njenom značaju za mentalno zdravlje, Franklovo djelo dobija novu aktuelnost.

Cilj: Cilj rada je prikazati kako je Franklova logoterapija istovremeno plod filozofske mudrosti i psihijatrijske prakse, sa posebnim naglaskom na njen značaj za savremenu psihoterapiju i filozofsku antropologiju. Sem toga, jedan segment rada posebno je posvećen ulozi patnje i slobode izbora u oblikovanju čovjekove ličnosti, ističući kako upravo kroz suočavanje s patnjom i sposobnost da se donese slobodan i svjestan izbor, pojedinac pronalazi dublji smisao postojanja i postaje subjekt sopstvenog života.

Materijal i metode: Ovaj rad koristi kvalitativnu analizu radi proučavanja primarnih i sekundarnih izvora kako bi se razumjeli teorijski i praktični aspekti logoterapije. Analitička metoda razlaže ključne pojmove i kritički promišlja ulogu duhovne dimenzije, dok sintetička metoda upoređuje i povezuje stavove Frankla s drugim misliocima radi stvaranja sveobuhvatnog pristupa.

Rezultati: Rad pokazuje da logoterapija prevazilazi okvire klasične psihoterapije, jer integriše filozofske, psihološke i antropološke aspekte u razumijevanju čovjeka. Posebno su istaknuti značaj noološke dimenzije i tri ključne terapijske tehnike, koje doprinose dubljem suočavanju sa patnjom i traganju za smislom.

Zaključak: Viktor Frankl predstavlja autentičnog mislioca koji nadilazi granice između filozofije i psihijatrije. Njegova logoterapija nije samo terapijski pravac već poziv na dublje promišljanje o čovjeku, njegovoj slobodi, odgovornosti i potrazi za smislom.

Ključne riječi: Viktor Frankl, logoterapija, smisao, egzistencija, filozofska terapija.

UVOD

U savremenom dobu, obilježenom brzim društvenim promjenama, egzistencijalnom nesigurnošću i sve češćim osjećajem duhovne praznine, pitanje smisla života postaje sve aktuelnije i važnije. Kako se psihoterapija razvija u susret novim potrebama čovjekove psihe, logoterapijski pravac Viktora Emil Frankla dobija na značaju zbog svog fokusa na smisao egzistencije. Prije nego što se pristupi dubljoj analizi filozofije Viktora Frankla i njenom značaju za savremenog čovjeka, važno je istaći nekoliko ključnih elemenata njegove misli i formacije. Frankl je bio psihijatar i neurolog, diplomirao medicinu 1930. godine, ali je njegov pogled na čovjeka bio duboko filozofski i egzistencijalno obojen. Suština njegovog mišljenja oblikovana je kroz lična životna iskustva, naročito boravak u koncentracionim logorima tokom Drugog svjetskog rata, što je opisao u autobiografskoj

knjizi *Dati odgovor životu* (Frankl, 2017).

Još u ranoj mladosti, odlučio se za medicinu kako bi mogao doprinijeti razumijevanju čovjekove patnje. U tom procesu tragao je za filozofijom kao osloncem duhovnog razumijevanja čovjeka. U pomenutom djelu navodi misao Serena Kjerkegora: „*Očajni su oni koji ne žele da budu ono što jesu*” (Frankl, 2017, str. 55). Upravo ta rečenica, kako Frankl naglašava, imala je presudan uticaj na njegovu odluku da se bavi psihijatrijom. Ona je ujedno i idejni temelj Franklove logoterapije, koja se zasniva na volji za smislom – primarnoj motivaciji čovjekovog postojanja.

Njegova logoterapija nije samo metoda psihoterapije, već predstavlja filozofski pristup koji smatra smisao života osnovnom pokretačkom snagom svakog čovjeka. U ovom kontekstu, smisao nije apstraktni pojam, već konkretna životna dimenzija kroz koju pojedinac pronalazi svrhu čak i u teškoj patnji kao i u svakodnevnom životnim teškoćama. Ovaj pristup je usko povezan sa egzistencijalnom etikom, koja se bavi pitanjima slobode, odgovornosti i autentičnosti pojedinca u njegovom odnosu prema sebi i svijetu (Milinković & Stojanović, 2023.) Egzistencijalna etika naglašava važnost ličnog izbora i traženja smisla kao moralnog imperativa, što se može vidjeti kao temelj Franklovog filozofskog i psihološkog angažmana. Pored Kjerkegorovog egzistencijalizma, svoje originalne psihološke uvide Frankl bazira na fenomenologiji vrijednosti svoga proslavljenog savremenika Maksa Šelera od kojeg će preuzeti ideje objektivne hijerarhije vrijednosti, pojma osobe i njene duhovne inspirisanosti. Šelerovom retorikom rečeno, pronaći smisao života, značilo bi, ostvariti više vrijednosti na hijerarhijskoj ljestvici (Stojanović, 2013). Na ovaj način Frankl će se ograditi od redukcionizma isključivo empirijskih pristupa. Tako se logoterapija razlikuje od tradicionalnih psihoterapijskih pravaca po tome što ne tretira čovjeka kao biološko ili isključivo psihološko biće, već kao biće s duhovnom dimenzijom i sposobnošću slobode, odgovornosti i samotranscendencije. Umjesto naglasaka na zadovoljstvo ili moć, Frankl je tvrdio da čovjekovo djelovanje prvenstveno pokreće potraga za smislom.

U svom vremenu, svjedočio je brojnim društvenim krizama i kolektivnim traumama, naročito poslijeratnoj egzistencijalnoj praznini koja je zahvatila mnoge. On je isticao da svako doba ima svoju „kolektivnu neurozu”, odnosno zajednički psihološki i egzistencijalni problem koji karakteriše društvo. Za današnje doba, ta neuroza se manifestuje kroz osjećaj praznine, nihilizma i gubitka svrhe. Upravo zato, u ovom radu razmatramo kako se Franklova misao o kolektivnoj neurozi može primijeniti na savremene izazove, kao što su kriza identiteta i svrhe u eri hiperkonzumerizma i digitalne fragmentacije.

Posebna pažnja biće posvećena dimenzionalnoj ontologiji, kao ključ za dublje razumijevanje savremenih oblika kolektivne neuroze i mogućnosti njenog prevazilaženja kroz traganje za smislom. Ovaj rad analizira filozofske i antropološke osnove logoterapije, njene empirijski potvrđene principe, kao i njenu praktičnu primjenu kroz tri ključne tehnike: derefleksiju, paradoksalnu intenciju i sokratovski dijalog. Naglasak je stavljen na duhovnu dimenziju čovjeka i savremene izazove s kojima se logoterapija suočava u tretmanu psihičkih i egzistencijalnih problema, poput depresije i egzistencijalne krize.

MATERIJAL I METODE

Ovaj rad koristi kvalitativnu analizu primarnih i sekundarnih izvora radi detaljnog prikaza teorijskih i praktičnih aspekata logoterapije Viktora Frankla. Analiza je bazirana na sistematskom proučavanju originalnih tekstova Viktora Frankla, kao i radova njegovih učenika i nasljednika, naročito Elisabet Lukas, te savremenih tumačenja logoterapijskih principa i tehnika. Pored navedenog, korišćemo se i filozofskim radovima koji pružaju antropološki i ontološki okvir za razumijevanje čovjekove egzistencije i smisla života.

Takođe, analitičkim pristupom pojašnjena je teorijska sinteza ključnih pojmova logoterapije (sloboda volje, volja za smisao, smisao života) i kritički promišljana uloga duhovne

dimenzije u psihoterapiji, posebno kroz razmatranje noo-psihičkog odnosa i razlikovanja psihičke i duhovne sfere. Pored toga, objašnjene su glavne logoterapijske tehnike — derefleksija, paradoksalna intencija i sokratski dijalog — u praktičnom kontekstu liječenja i ličnog razvoja.

S druge strane, sintetička metoda ogleda se u upoređivanju i povezivanju stavova Viktora Frankla sa drugim filozofima i psihoterapeutima poput Frojda i Adlera, radi stvaranja koherentnog i sveobuhvatnog pristupa temi.

REZULTATI

Temelji logoterapije: smisao, logos i distanca prema psihoanalizi

Frankl se u svojim djelima često osvrće na teorijske postavke Sigmunda Frojda, Alfreda Adlera i Ludviga Binsvangerera, koje konstruktivno preispituje i nadograđuje. Iako i sam potiče iz tradicije dubinske psihologije, Frankl razvija takozvani Treći bečki psihoterapijski pravac — logoterapiju — koja se temelji na pojmu smisla, za razliku od Frojdove teorije „volje za zadovoljstvom” i Adlerove „volje za moći”. Ključna Franklova inovacija jeste koncept „volje za smislom”, koji nadilazi psihološki redukcionizam njegovih prethodnika. Te razlike posebno dolaze do izražaja u njegovim djelima, gdje često polemische s pokušajima da se čovjek svede na nagonsku ili društvenu determinisanost, bez uvida u njegovu duhovnu i egzistencijalnu dimenziju. Na osnovu psihoanalize Sigmunda Frojda i individualne psihologije Alfreda Adlera, psihijatar i neurolog Viktor Frankl postavlja temelje novog i originalnog pristupa. Njegov rad *Filozofija i psihoterapija* objavljen je u jednom švajcarskom medicinskom časopisu 1939. godine. U tom tekstu prvi put se pojavljuje izraz egzistencijalna analiza — što će postati filozofski temelj logoterapije. Logoterapija, odnosno egzistencijalna analiza, međunarodno je priznata i empirijski potvrđena metoda usmjerena ka smislu.

Etimološki, pojam logoterapija sastoji se od riječi *logos* i *terapija*, i doslovno znači „terapija smislom”. Međutim, pojam *logos* (grč. Λόγος) u sebi sadrži širok spektar značenja: „smisao, um, riječ, govor, zakon, princip, univerzalni razum, istina bića, promišljanje”, i ima bogatu tradiciju u filozofiji i teologiji. Obično se povezuje sa Heraklitom iz Efesa, koji je vjerovao da svijet postoji u skladu sa logosom, te da je njegova suština vatra. U hrišćanskoj tradiciji, *logos* se poistovjećuje sa živom Božijom riječju, koja stvara: „U početku stvori Bog nebo i zemlju... I reče Bog: Neka bude svjetlost. I bi svjetlost.” (Postanje, 1:1–3). U Novom zavjetu, u Jevanđelju po Jovanu, Bog se opisuje kao *Logos* – stvaralačka riječ prisutna u Hristu.

U Franklovoj psihoterapiji, *logos* označava ono što čini „ljudskost ljudskog bića” — njegov duh i smisao (Frankl, 2021, str. 25). U svojoj osnovi, ovaj pristup ima noološko značenje, budući da se odnosi na duhovnu dimenziju, koja je samostalna, aktivna i stvaralačka. Stoga, jedinstvo čovjeka i njegov smisao ne treba tražiti isključivo u psihičkom ili somatskom sloju, već u njegovoj noološkoj osnovi — duhovnoj dimenziji postojanja.

U svakodnevnom jeziku, riječ „smisao” može označavati razlog ili cilj određenog djelovanja, kao i ukazivati na to da je nešto razumljivo, opravdano ili svrhovito. Kod Frankla, pojam smisla izjednačava se s pojmom *logos* i čini osnovu samog bića. Ipak, smisao koji čovjek treba da ispuni uvijek je nešto što se nalazi izvan njega. Prema tome, smisao ne može biti sveden samo na izražavanje samog bića. Drugim riječima, kako to sam Frankl naglašava: „*Smisao uvijek mora biti ispred bića.*” (Frankl, 2019, str. 22)

Filozofske osnove logoterapije

U logoterapiji, odnosno egzistencijalnoj analizi, potraga za smislom života prepoznaje se kao primarna motivaciona sila u čovjeku. Franklov pristup zasniva se na tri osnovna filozofska koncepta: sloboda volje, volja za smislom i smisao života (Frankl, 2019, str. 12). Prva pretpostavka na kojoj Frankl gradi svoj sistem jeste da čovjek posjeduje slobodnu volju. Iako priznaje da čovjek nije slobodan *od* uslova — bilo biološke, psihološke ili socijalne prirode — Frankl naglašava da je čovjek uvijek slobodan da zauzme stav prema tim uslovima (Frankl, 2019, str. 13). Upravo ta sposobnost omogućava čovjeku da se uzdigne iznad svojih datosti i da djeluje iz duhovne dimenzije, koja se razlikuje od psihičkih i somatskih aspekata, i koja je specifična isključivo za ljudsko biće.

Volja za smislom drugi je ključni koncept njegove logoterapije, koji se direktno suprotstavlja Frojdovom principu zadovoljstva i Adlerovoj volji za moći. Prema Franklu, zadovoljstvo je uvijek sporedni efekat, a ne primarni cilj — što više čovjek teži zadovoljstvu, to mu ono više izmiče. Isto važi i za sreću: smisao se ne nameće, već se otkriva. On ističe da smisao života nije nešto što se pasivno prima, nego aktivno traži i ostvaruje kroz odgovornost i angažman. Jedna od važnih dimenzija pojma smisla jeste Franklovo razumijevanje čovjeka kao bića koje uvijek stoji pred zadatkom, pred značenjem koje treba ispuniti. Zbog toga on ne govori o želji, potrebi ili nagonu za smislom, već o volji za smislom — jer smisao nije nešto što proizlazi iz čovjeka, već nešto što ga poziva izvan njega (Frankl, 2019, str. 18). U tom svjetlu Frankl kritički pristupa svakom pokušaju da se čovjek svede na puki nagon ili da se njegovo biće objasni isključivo kroz zadovoljenje potreba iz Maslovljeve hijerarhije. Prema njemu, koncepti poput težnje za zadovoljstvom, volje za moći ili samoaktualizacije nisu dovoljni da definišu suštinu čovjeka. Ključno pitanje koje Frankl postavlja glasi: da li čovjek mora zadovoljiti svoje osnovne biološke potrebe da bi mogao učiniti moralno djelo? Maslov na vrh hijerarhije stavlja samoaktualizaciju, a Frankl priznaje njenu važnost — ali ističe da samoaktualizacija nije cilj po sebi, već spontani rezultat otkrivanja i ostvarivanja smisla. Iako logoterapiju možemo svrstati u humanističku psihologiju, njen krajnji cilj nije samoaktualizacija, što je karakteristično za većinu humanističkih pravaca. Drugim riječima, osnova ljudskog postojanja leži u smislu. Frankl kroz primjere pokazuje da je čovjek dublje biće od svojih bioloških i psiholoških potreba. On nije moralan zato što ga na to prisiljava superego ili osjećaj krivice, već zato što autentična moralnost počiva na djelovanju u korist drugog, a ne radi ličnog zadovoljenja (Frankl, 2019, str. 54).

Treći osnovni koncept Franklove filozofske osnove logoterapije jeste smisao života. Smisao se povezuje s onim što čovjek doživljava kao značajno i vrijedno, ali ne u formi unaprijed osmišljenih odgovora. Umjesto toga, osnova logoterapijskog pristupa leži u fenomenološkom razumijevanju smisla, gdje terapeut ne nameće značenja, već pomaže pacijentu da ih sam otkrije. Slično Sokratu, koji je svojom majeutikom „porađao” misli, logoterapeut širi vidno polje pacijenta i otvara mu mogućnost da dođe do vlastitog uvida (Frankl, 2019, str. 25). Smisao se otkriva kroz lične postupke, djelovanje, stvaralaštvo, ali i kroz unutrašnji doživljaj.

Frankl je nakon mučnog iskustva u logoru, osjećao potrebu da pronađe smisao u svemu što je doživio. To je nadahnulo njegovu misiju da pomaže ljudima u borbi sa sopstvenom patnjom i da im pomogne da pronađu svoj smisao. Za njega svaki ljudski život ima svoj cilj i svrhu. Iako se sam Frankl bojao smrti, osvrnuo se na shvatanje da svaki čovjek ima smisao i ulogu u stvaranju. Logoterapija, ne zasniva se samo na egzistencijalnoj analizi. Takođe, ova vrsta terapije ne zasniva se samo na borbi sa neurozama, već gleda na čovjekove resurse, potencijalne sposobnosti za transcendenciju i samorazvoj. Čovjek se ne odvaja od sebe samog, već se povezuje sa nečim većim od sebe. Iz Franklovog iskustva u logoru saznajemo da su, uprkos teškim uslovima i često slabijoj fizičkoj konstituciji, neki ljudi pokazivali izuzetnu intelektualnu i duhovnu snagu, upravo zahvaljujući toj poveza-

nosti i unutrašnjoj otpornosti. Usred užasa koji su proživljavali, našli su spas u bogatstvu unutrašnjeg svijeta – u umjetnosti, prirodi, ljubavi. Ovakav stav potvrđuje istinitost mudrih – da je ljubav najviši oblik do kojeg ljudsko postojanje može da stigne. Frankl je uvijek razmišljao o svojoj ženi, a ljubav je bila ta koja mu je davala snagu i omogućila osjećaj njenog prisustva. Za njega, ljubav nije bila ograničena fizičkim granicama, već je prelazila granicu između života i smrti – pa čak i zidove koncentracionih logora.

Oslanjajući se na riječi iz Biblije, shvatio je da je ljubav jaka kao smrt. Frankl je, takođe, vjerovao da smrt nije kraj, već svršetak života, i da svaki čovjek ima potrebu da vidi cijelu sliku svog života. U odnosu na druge psihoterapije, logoterapija gleda na čovjeka kao na više biće, uvučeno u visoku ljudsku dimenziju – izvan jednostavnih i nagonskih reakcija. Za Frankla, čovjek je prije svega transcendentno biće sa urođenim pitanjem o smislu. Jedan od ključnih aspekata njegovog učenja jeste da se smisao ne nasljeđuje (kao što je slučaj s intuicijom) niti uči (kao vrijednosti iz tradicije), već se otkriva lično, kao egzistencijalno otkrovenje. Smisao se razvija, mijenja i nosi lični pečat svakog čovjeka.

Frankl navodi tri osnovna načina na koja čovjek može otkriti smisao (Frankl, 2019, str. 25):

- 1.Kroz stvaranje i djelovanje – ostvarivanje ličnih ciljeva i zadataka koji odgovaraju nečijim talentima;

- 2.Kroz ljubav i odnose s drugima – emotivno iskustvo koje nas upućuje na vrijednost postojanja;

- 3.Kroz patnju – kada se suočavamo s gubitkom, bolom ili trpljenjem, smisao se otkriva u hrabrom prihvatanju neizbježnog.

Patnja nije besmislena, već može postati put lične transformacije. Suočavanje s patnjom, ako se prihvati svjesno i odgovorno, može dovesti do unutrašnjeg rasta, produbljivanja odnosa sa sobom i svijetom. Tako se čovjek ne definiše po onome što mu je uskraćeno, već po tome kako odgovara na izazov postojanja.

Kolektivna neuroza savremenog čovjeka

Po Franklu, svako vrijeme ima svoje neuroze, i svakom dobu je potrebna vlastita psihoterapija. Njegova logoterapija nastala je pod snažnim uticajem tadašnjih društvenih okolnosti – ratova, razaranja i osjećaja egzistencijalne izgubljenosti. Nama se danas, međutim, postavlja pitanje: koliko je logoterapija i dalje primjenjiva u savremenom društvu? Danas živimo u vremenu ubrzanosti, potrošnje i gubitka svrhe. Nihilizam, kako kaže Frankl, postoji u svim vremenima, ali u današnjem svijetu poprima drugačije, često prikrivene oblike. Što se više trudimo da se prilagodimo tempu savremenog života, to smo manje sposobni da pronađemo dublji smisao. I paradoksalno – tek kada nas zadesi patnja, čovjek se zaustavi, preispituje i uviđa da „nešto nije kako treba”. Ova frustracija nije ograničena na pojedinca – ona sve češće poprima oblik kolektivne neuroze: duhovne krize cijelih društava, kultura i generacija.

Jedna od najvećih opasnosti savremenog čovjeka jeste upravo pogrešno razumijevanje sebe – čovjeka kao bića koje nema slobodu da bira svoj stav, bez obzira na okolnosti. Frankl i danas ostaje aktuelan kada govori o tome kako savremeni čovjek bježi: u užitke svakodnevice, u neprestani rad, u zaokupljenost površnim stvarima koje ga odvrćaju od onoga najvažnijeg – otkrivanja smisla života. Pojam egzistencijalnog vakuuma definiše kao unutrašnju prazninu koja najčešće nastaje iz dosade – iz gubitka osjećaja svrhe i smisla. Iako se svijet promijenio, čini se da se temeljna pitanja čovjeka nisu: Ko sam ja? Zašto postojim? Ima li smisla u svemu što radim? Za Frankla, temelj svih psihičkih problema leži u strahu od slobode i izbjegavanju odgovornosti. Upravo zato, sloboda i odgovornost predstavljaju prvu i ključnu pretpostavku logoterapije. Frankl nas upozorava na egzistenci-

jalni vakuum, odnosno na frustraciju volje za smislom, koju opisuje kao „najvišu duhovnu nevolju koja obuzima čovjeka” (Frankl, 2019, str. 77).

Ovu duhovnu krizu možemo uporediti sa grijehom u hrišćanstvu – dok nismo svjesni da razara čovjekovu dušu, ne pokušavamo da ga se oslobodimo. Tek kada uložimo napor da ga prevaziđemo, postajemo svjesni njegove stvarne težine i razorne moći. To su svi oni poroci i loše navike na kojima čovjek nesvjesno gradi svoj život. Tako i u svakodnevici – živimo, a zapravo samo preživljavamo, bez dubljeg promišljanja o smislu svog postojanja. Zapažanje do kojeg dolazimo ogleđa se u drugačijem pristupu Viktora Frankla, koji se jasno izdvaja od tada dominantnih psihijatrijskih pravaca. Iako logoterapija, polazi iz iste tradicije dubinske psihologije kao i Frojdova psihoanaliza te Adlerova individualna psihologija, Franklova koncepcija ljudske prirode i patnje se temeljno razlikuje. Dok je Frojd ljudsko ponašanje tumačio prvenstveno nagoni – s posebnim naglaskom na seksualni nagon, a Adler ga vezao za težnju ka moći i nadmoći, Frankl u središte stavlja „volju za smislom” kao osnovnu ljudsku motivaciju. Upravo ta ideja volje za smislom omogućava tumačenje psihičkih poremećaja koje nadilazi biološko i psihološko, uvodeći egzistencijalnu dimenziju u fokus psihoterapijske prakse.

Ova razlika dolazi do punog izražaja u Franklovoj klasifikaciji neuroza. On razlikuje tri vrste: psihogene, somatogene i noogene neuroze. Iako se simptomi mogu činiti sličnima, noogene neuroze se javljaju kao posljedica gubitka egzistencijalnog smisla, duhovne praznine i dezorijentacije čovjeka u savremenom svijetu. Upravo tu logoterapija unosi novu perspektivu – ona ne zanemaruje psihičku i tjelesnu dimenziju, ali ističe značaj noološke (duhovne) dimenzije, u kojoj prebivaju savjest, sloboda, odgovornost i smisao. Shodno tome, logoterapiju možemo definisati kao terapiju usmjerenu na noološku dimenziju čovjeka. Ona se temelji na trodimenzionalnoj antropološkoj i etiološkoj viziji čovjeka, prema kojoj poremećaji mogu imati somatske, psihičke i duhovne (noogene) uzroke. Duhovni poremećaj ne mora nužno biti posljedica bolesti, već može biti izraz duhovne blokade, gubitka orijentacije i unutrašnje praznine.

Za Frankla, čovjek nije sveden na puku psihičku ili fizičku strukturu. On je prije svega duhovno biće, koje ima sposobnost da se distancira od svojih problema – uključujući i one tjelesne i psihičke prirode. Autentična patnja, ne proizlazi samo iz traume ili simptoma, već iz izgubljenog smisla. Zato on kritički odbacuje redukcionističke modele Frojda i Adlera, koji svode čovjeka na nagon ili volju za moći. U temelju svih psihičkih teškoća, nalazi se neostvarena potreba za smislom. Kada ta potreba ostane neispunjena, čovjek ne pati samo psihološki – on se razbolijeva i duhovno. U tom svjetlu, logoterapija ne nudi samo liječenje simptoma, već poziv na unutrašnju obnovu, na ponovno otkrivanje smisla, i na istinsko suočavanje sa slobodom, odgovornošću i konačnošću života. U tom smislu, kolektivna neuroza savremenog čovjeka nije samo niz pojedinačnih kriza, već zajednički duhovni pejzaž našeg vremena. Na kraju ostaje ono najdublje i filozofski najteže pitanje: Zašto sam živio? Šta je moj život značio? – pitanje koje nas najčešće sustigne tek pred smrt. A možda, ni tada.

Duhovna dimenzija čovjeka i savremeni izazovi logoterapije

Ranije smo govorili o tri filozofska stuba logoterapije: slobodi volje, volji za smisao i smislu života. Možemo reći da prvi i treći stub predstavljaju aksiome koji izmiču naučnoj provjeri, dok je drugi – volja za smisao – empirijski potvrđen kroz psihološke studije kao primarna motivaciona snaga ljudskih bića (Lukas, 2020). Na osnovu toga, logoterapija se može razumjeti kao interdisciplinarna cjelina sastavljena od tri osnovne discipline: antropologije, psihoterapije i filozofije. Antropologija nudi sliku čovjeka kao bića koje posjeduje slobodnu volju. Psihoterapija djeluje kao metoda liječenja i oslanja se na koncept volje za smislom, koji je – za razliku od ostalih stubova – podložan naučnoj provjeri i

eksperimentalnim dokazima. Filozofija, kao najviši nivo, obuhvata svjetonazorsko tumačenje smisla života.

Kada govorimo o tri dimenzije ljudskog postojanja, često se ističe noo-psihički odnos – odnos između psihičke i duhovne dimenzije. Te dimenzije nisu jednostavno postavljene jedna pored druge, već su međusobno povezane, a ponekad čak i u međusobnoj suprotnosti. Zbog toga je važno poznavati kriterijume razlikovanja ovih dimenzija kako bi bile prihvatljive i razumljive unutar psihoterapijske prakse. Lukas posebno naglašava četiri takva kriterijuma: odnos između sudbine i slobode, razliku između ranjivosti i integriteta, suprotstavljenost orijentacije na zadovoljstvo u odnosu na orijentaciju na smisao, te razlikovanje karaktera od ličnosti (Lukas, 2020, str. 22). Na to nas već upozorava i Frankl, ističući da pogrešna interpretacija ovih kriterijuma može dovesti do iskrivljenog poimanja čovjeka. Naime, kada se duhovni fenomeni svode na psihičke, odnosno kada se treća – duhovna – dimenzija pogrešno projektuje u drugu – psihičku, dolazi do pojednostavljenog i redukcionističkog pogleda na ljudsku prirodu. Iz prethodnog tumačenja kod Lukasa proizlazi zaključak da takvo pogrešno razumijevanje vodi ka pogrešnoj pretpostavci o čovjeku. Jedna od njih je pan-determinizam, koji nastaje kada se negira duhovna sloboda i čovjek se svodi isključivo na biće podložno sudbini. Zatim se javlja psihologizam, u kojem se zanemaruje integritet duhovne egzistencije i čovjek se posmatra samo kao ranjivi psihički sistem. Redukcionizam predstavlja još jednu deformaciju, jer ako se zaboravi orijentacija čovjeka ka smislu, svi njegovi motivi bivaju shvaćeni kao puke instinktivne potrebe. Konačno, kolektivističko poimanje ličnosti nastaje kada se ignoriše jedinstvena lična dimenzija, a pojedinac se procjenjuje isključivo kroz unaprijed zadate tipove karaktera.

Iako se u savremenoj nauci često postavlja pitanje da li je opravdano graditi psihoterapijsku školu na samo jednom empirijski dokazivom konceptu, Frankl razbija takvu skepsu. Kako ističe njegova učenica Elisabet Lukas (2020, str.15), potrebna je izvjesna vrsta temeljnog povjerenja u aksiome koji stoje iza svakog psihoterapijskog pristupa:

Svaki oblik psihoterapije ima svoju specifičnu aksiomatsku osnovu. Čitavo područje medicine zahtijeva barem jedan takav stub kako bi opravdalo svoje postojanje, a to je vjerovanje da je ljudski život vrijedan i da ga treba očuvati. Bez tog aksioma, ne bi bilo razloga za liječenje bolesnih ljudi ili za operacije; jednostavno bismo mogli dopustiti da umru.

Psihoterapija ima važnu ulogu u ublažavanju, a ponekad i u uklanjanju duhovnih frustracija, u ispravljanju mentalnih poremećaja, kao i u tretiranju psihosomatskih patnji. Frankl je bio potpuno svjestan činjenice da je psihoterapija klinički utemeljena, ali je istovremeno isticao da ona često prevazilazi granice kliničkog i ulazi u područje metakliničke teorije. Jedan od najreprezentativnijih primjera za to jeste depresija, shvaćena u svom najširem smislu. Postoje različiti oblici depresije koji nastaju usljed različitih uzroka: klinički gledano, to su unipolarna depresija, distrofija, bipolarni poremećaj, sezonska depresija, postporođajna depresija, psihotična i atipična depresija. Iz egzistencijalno-filozofske perspektive, razlikujemo noogenu depresiju, reaktivnu depresiju i egzistencijalnu krizu. Frankl takođe razlikuje biološke oblike depresije, poput endogene i egzogene depresije. Uprkos toj raznolikosti, logoterapija može biti od pomoći u svakom obliku depresije. Posebno značajna u kontekstu logoterapije jeste noogena depresija, čiji uzrok leži u egzistencijalnoj frustraciji i gubitku smisla. Zbog toga je u pristupu svakom psihijatrijskom oboljenju važno uspostaviti kontakt s duhovnom dimenzijom čovjeka, odnosno s njegovom antropološkom i filozofskom stranom. Frankl nas podsjeća da u svakoj patologiji ne treba posmatrati samo simptome, već i tražiti dijagnozu na dubljem nivou – logos koji se krije iza pathosa, odnosno smisao koji se skriva iza patnje. Frankl je duboko razmatrao čovjekovu bit i pitanje smisla u svijetu teških životnih iskustava. Patnju, nepravdu i druge izazove svakodnevnog života doživljavao je kao „granične situacije”, momente koji su oblikovali njegovu sudbinu. Njegova filozofija se temelji na istinskom humanizmu, stavljajući

čovjeka u centar interesovanja.

Biti čovjek, prema Franklu, podrazumijeva svijest i odgovornost. Čovjek je biće koje je uvijek otvoreno prema drugima, u stalnom odnosu sa svijetom oko sebe. Potpuno ostvarenje čovjeka nastaje kroz njegovu sposobnost da se izdigne izvan sebe, kroz „otvorenost” prema istini, dobru i ljepoti. Isticao je značaj samotranscendencije ljudske egzistencije, naglašavajući da čovjek nije samo biće koje reaguje na spoljašnje događaje, već i biće koje sebe prevazilazi. Čovjek pokazuje svoju punu ljudskost kada teži ka nečemu izvan sebe — bilo da je to neki cilj ili ljubav prema drugome. Za Frankla je bitno šta čovjek jeste, a ne šta posjeduje. Zbog svoje suštine, čovjek je sposoban i za dobro i za zlo. Frankl je u svojim knjigama naglašava da na svijetu postoje dvije „rase” ljudi: oni koji se ponašaju ljudski i oni koji to ne čine. Svaki čovjek nosi u sebi kapacitet da gradi logore, ali i da u njima pokaže bezgraničnu hrabrost i dostojanstvo.

Pored svih navedenih problema današnjice, živjeti u istini je od suštinske važnosti za naše postojanje. Lažne predstave uvode naš život u patologiju. Samo u istini možemo pronaći svoje stvarne ciljeve i sagledati svjetlost. Zbog toga se javlja potraga za značenjem – unutrašnji vapaj koji nas vodi ka smislu. Kroz vijekove, čovjek je doživljavao različite oblike patnje: od fizičke boli, ratova, gladi, do emocionalne tuge i društvenih problema. Ipak, kroz tu patnju, čovjek je takođe pronalazio snagu i izdržljivost da se izdigne i preživi. Smisao je u tome da se čovjek suoči sa svim dilemama i izazovima svog života. To je šansa za rast i proširenje, gdje smo u stanju da proniknemo dublje u sebe i pronađemo nove vrijednosti. Danas se Franklova filozofija sve više prepoznaje kao dragocjen orijentir u vremenu duhovne praznine i gubitka smisla. Njegova aktuelnost leži u pristupu koji nije usmjeren isključivo na prošlost – logoterapija ne ide u djetinjstvo, već je orijentisana i ka budućnosti. Ključno pitanje koje postavlja jeste: zbog čega živimo? To je možda i najteže pitanje – koji je smisao života? U logoterapiji je naglasak na duhovnoj dimenziji ljudskog bića, ali potraga za smislom nije ograničena religijskim shvatanjima. Dodatnu vrijednost za savremenu nauku logoterapija pokazuje kroz svoju široku primjenjivost u oblastima poput obrazovanja, rada, kriznih intervencija, etike, zatvorske psihologije, menadžmenta, rehabilitacije i drugih područja.

Terapijski proces u logoterapiji

Pored teorijskih okvira, bilo bi dobro razumjeti i praktičnu primjenu logoterapije, odnosno njene metode i ciljeve. Već smo naglasili da je logoterapija utemeljena u antropološkoj i filozofskoj osnovi, ali važno je naglasiti da ona nije apstraktna teorija, nego živa praksa usmjerena na čovjeka u njegovoj egzistencijalnoj krizi. Možemo reći da psihologija svakodnevnog života vrijedi onoliko koliko je filozofski utemeljena u stvarnost, dok filozofija vrijedi onoliko koliko se može primijeniti u svakodnevnom životu. Franklu dugujemo ponovno vraćanje ka egzistencijalnim pitanjima, ka filozofičnosti u svakom čovjeku.

Obično u logoterapiji poznajemo tri najpoznatije tehnike: to su derefleksija, paradoksalna intencija i sokratovski dijalog. Derefleksija se ogleda kao usmjerenje pažnje sa samog sebe na neke vanjske uticaje. Možemo reći da je samotranscendencija osnov derefleksije i da se ona može razumjeti kao radikalna preorijentacija. Odnosno, to je poput izlaska iz Platonove pećine ili periaģoge (περιπαγωγή) – usmjeravanja (okretanja). Negativna derefleksija bi se odnosila na usmjeravanje pažnje od anticipirajuće anksioznosti, dok pozitivna derefleksija preusmjerava pažnju ka nečemu drugom (Costello, 2019, str. 6). Klinički se može primijeniti ukoliko problem nastaje zbog pretjeranog razmišljanja (hiperrefleksije) ili pretjerane namjere da se problem riješi. Derefleksija nije distrakcija, tj. nije bijeg od problema, niti površno skretanje misli. To je zapravo usmjerenje ka višem – ka vrijednostima, smislu, biću. Kod distrakcije čovjek bježi od sebe (preveliko konzumiranje alkohola, interneta itd.), dok kod derefleksije čovjek mora prevazići sebe i vratiti se sebi. Prema

tome, čovjek mora da prestane bivstvovati u svojoj neurozi i da se okrene onome što je izvan njega, a što mu pripada – a to je smisao. Zbog toga ova prva tehnika je mnogo više od toga – ona je prvenstveno egzistencijalni stav, koji nas usmjerava da živimo otvoreno, bez straha od patnje i bez opsesivne potrebe da se sve riješi odmah.

Kod pojedinih tegoba, poput nesanice, rješenje je često izuzetno dostupno, ali ostaje neprepoznato usljed pogrešnog pristupa problemu. Derefleksija bi to riješila na potpuno drugačiji način – mudro: ne bi se borila protiv nesanice, nego bi se savjetovalo osobi koja pati od toga da se usmjeri ka nečemu drugom dok pokušava da zaspi – čitanje, prisjećanje lijepih scena ili onoga što tu sobu čini mirnom, molitva itd. Prema tome, klinički ova tehnika se može primijeniti na nesanicu, seksualnu neurozu, depresiju, strah itd. Drugim riječima, derefleksija se shvata kao prekid fiksacije na simptome. Duhovna dimenzija derefleksije prema Franklu možemo razumjeti kao sposobnost čovjeka da se odnosi prema svijetu, prema smislu i prema drugom. Ona postaje logoterapija, jer derefleksija najbolje djeluje kada otkrijemo smisao. Ovu tehniku gledamo nasuprot drugoj – paradoksalnoj intenciji, najstarijoj tehnici u logoterapiji. Frankl ju je prvi put primijenio 1929. godine, deset godina nakon toga prvi put je opisana, a 1953. godine Frankl je razvija kao metod, dok je 1956. godine uvrštava u logoterapiju (Costello, 2019, str. 16). Možemo je shvatiti već iz samog naziva – paradoksalna je zbog toga što namjerno izaziva ono čega se osoba plaši ili što joj izaziva frustraciju. Važno je znati da što više težimo ka sreći, ona se više udaljava, dok što više bježimo od straha, on nas preplavljuje. Baš zbog toga ne treba da se trudimo da izbjegnemo neki simptom, jer će on sve više rasti. Obično se ovakva tehnika primjenjuje kod anksioznosti, fobija, nesanice i opsesivno-kompulsivnog ponašanja. Primjer koji može doprinijeti boljem razumijevanju ove tehnike jeste nesanica. Naime, uzrok istog poremećaja može biti različito interpretiran, što uslovljava i različit terapijski pristup: nesanica se, s jedne strane, može javiti kao posljedica pretjerane namjere da se zaspi (hipernamjera), pri čemu se primjenjuje tehnika derefleksije; s druge strane, može biti uzrokovana anksioznim strahom od toga da se neće zaspiti, što zahtijeva primjenu paradoksalne intencije. U slučaju derefleksije pažnja se svjesno preusmjerava na neku drugu aktivnost (npr. čitanje), dok kod paradoksalne intencije pacijent aktivno nastoji da ostane budan. Takav pristup može umanjiti napetost i smanjiti pritisak koji proizlazi iz osjećaja da se „mora” zaspiti, čime se olakšava prirodan ulazak u san. Na određeni način, ova tehnika u sebi sadrži i dozu humora – ona nas usmjerava ka oslobađajućem, zdravom smijehu. Upravo u tome leži njen terapijski potencijal: smanjenje anksioznosti i ublažavanje opsesivnih misli. Ključno u primjeni ove metode jeste razvijanje sposobnosti samorazumijevanja i distanciranja od vlastitih strahova, emocija ili depresivnih stanja. Drugim riječima, osoba uči da ne poistovjećuje svoje biće sa trenutnim psihičkim stanjima – „vi niste vaše emocije, niste vaši strahovi”. Paradoksalna intencija zasniva se na sposobnosti čovjeka da se ne poistovijeti sa sopstvenim unutrašnjim stanjima, već da prema njima zauzme distancu. Ova tehnika oslanja se na jedinstvenu sposobnost ljudske duhovne dimenzije – na kapacitet samodistanciranja. Zahvaljujući nooetičkoj moći, čovjek je sposoban da se izdigne iznad bioloških i psiholoških determinanti i da umjesto pasivnog prepuštanja impulsima, prema njima zauzme svjestan stav. Na tom mjestu – gdje prestajemo biti identifikovani sa simptomima, a počinjemo ih sagledavati s distance – otvara se prostor unutrašnje slobode i mogućnosti za iscjeljenje. Kada simptome ne poričemo, ali ih istovremeno ne doživljavamo kao vlastiti identitet, već ih promatramo iz druge perspektive, ulazimo u dimenziju noološkog postojanja: u prostor savjesti, smisla, ljubavi, humora – u ono što je svojstveno isključivo ljudskom biću. Logoterapija upravo u okviru paradoksalne intencije aktivira ovu snagu samodistanciranja: ona osobi omogućava da se postavi izvan simptoma, da ih oslabi humorom, ironijskim otklonom ili voljnim stavom – i time prekine začarani krug patnje. Jer suština ostaje ista: čovjek nije samo ono što osjeća. Simptomi su nešto što posjedujemo, ali ne i ono što jesmo. Između „mene” i „moje patnje” postoji

razlika – a upravo u toj razlici započinje proces promjene.

Posljednja, odnosno treća tehnika u logoterapiji jeste sokratovski dijalog ili ispitivanje. Naziv je dobila po Sokratu, jer se temelji na njegovoj filozofskoj praksi, koja ne daje gotove odgovore, već vodi ka dubljem samorazumijevanju. Frankl je uveo ovu tehniku kako bi pacijenti sami otkrili vlastite vrijednosti i kako bi smisao otkrili kroz dijalog. Sokrat zauzima ključno mjesto u razvoju zapadne misli, a delfijsko proročanstvo ga je isticalo kao najmudrijeg među ljudima. Postoje dva principa po kojima čovjek treba da živi: to su briga o duši i savjetovanje sa sopstvenom savješću. Svaki čovjek mora da brine o tome da djeluje ispravno u svijetu i da hrani svoju dušu duhovnim vrijednostima. Isto tako, u sokratovskom dijalogu osoba ulazi u borbu sa samim sobom i sopstvenim mogućnostima.

Sokratovski dijalog počiva na sedam ključnih principa (Stephenu J. Costellu, 2019 , str. 55):

- 1.Upoznaj samog sebe
- 2.Postavlja velika pitanja
- 3.Misli svojom glavom
- 4.Izazovi konvenciju
- 5.Rasti uz prijatelje
- 6.Govori istinu
- 7.Ojačaj svoju dušu

Suština sokratovskog dijaloga jeste u otkrivanju istine u sebi. U psihoanalizi terapeut analizira sadržaj pacijentovih izjava i tumači ih; u kognitivno-bihevioralnoj terapiji fokus je na identifikovanju i promjeni iracionalnih misli; dok u logoterapiji, posebno u sokratovskom dijalogu, terapeut ne daje odgovore – on postavlja pitanja. Primarni ciljevi sokratovskog dijaloga jesu podsticanje lične odgovornosti, otvaranje prostora za izbor i dublje razumijevanje konkretne životne situacije. Uloga ove metode u logoterapiji značajna je, jer počiva na uvjerenju da čovjek nije u potpunosti određen svojim biološkim i psihičkim strukturama, već da posjeduje sposobnost slobodnog odgovora na temeljna životna pitanja. Sokratovski dijalog predstavlja završnu tehniku u okviru logoterapijskog pristupa, jer upravo kroz njega pojedinac dolazi do ličnog smisla, dok prethodne dvije tehnike primarno služe za redukciju anksioznosti, opsesivnih misli i prekidanje fiksacije na simptome.

ZAKLJUČAK

Analizom originalnih djela Viktora Frankla, njegovih nasljednika, te filozofskih temelja logoterapije, moguće je izvesti nekoliko ključnih zaključaka. Logoterapija Viktora Frankla predstavlja originalan psihoterapijski pravac koji se temelji na ideji da je potraga za smislom osnovna pokretačka snaga čovjeka. Nasuprot Frojdovom principu zadovoljstva i Adlerovom konceptu volje za moći, Frankl uvodi pojam volje za smislom, naglašavajući duhovnu i egzistencijalnu dimenziju čovjeka kao ključne za razumijevanje njegove psihe. Pojam *logos*, koji čini srž logoterapije, obuhvata značenje, istinu i svrhu — pri čemu se smisao ne nalazi u čovjeku, već izvan njega, kao poziv koji treba otkriti i ostvariti. Logoterapija ne negira patnju, već je vidi kao moguću put ličnog rasta, samotranscendencije i otkrivanja dublje svrhe u životu. U tom svjetlu, Frankl ne svodi čovjeka na biološke ili psiho-socijalne sile, već ga vidi kao biće sposobno da se uzdigne iznad okolnosti i ostane slobodno čak i u naježim uslovima.

Dakle, logoterapija je egzistencijalno orijentisani psihoterapijski pravac koji u središte postavlja čovjekovu volju za smislom kao temeljnu motivacionu silu. Nasuprot biološkim i psihološkim redukcionizmima prethodnih pravaca, Frankl insistira na čovjekovoj slobodi,

odgovornosti i sposobnosti da pronađe smisao čak i u patnji. U savremenom društvu, suočenom s egzistencijalnim vakuumom i kolektivnom duhovnom krizom, logoterapija ostaje posebno relevantna jer ne tretira samo simptome, već poziva čovjeka na unutrašnju obnovu i autentičan odgovor na izazov postojanja. U tom smislu, Franklova misao predstavlja most između psihoterapije i filozofije, ukazujući da je pitanje smisla života nezaobilazno za cjelovito razumijevanje čovjeka.

Duhovna dimenzija čovjeka stoji u središtu logoterapijskog pristupa, čineći ga jedinstvenim unutar savremene psihoterapije. Franklova koncepcija čovjeka kao bića sposobnog za samotranscendenciju, slobodu i odgovornost otvara prostor za dublje razumijevanje patnje, ličnog razvoja i smisla. Iako se temelji na samo jednoj empirijski dokazivoj pretpostavci – volji za smislom – logoterapija počiva na snažnoj filozofsko-antropološkoj osnovi koja nadilazi kliničke okvire.

U vremenu kolektivne dezorijentacije, duhovne praznine i egzistencijalne krize, logoterapija nudi odgovore koji nisu puko terapijski, već egzistencijalno značajni. Njen značaj ne leži samo u dijagnostici i tretmanu psihičkih tegoba, već priznanje autentične ljudskosti. Kroz tri ključne tehnike – derefleksiju, paradoksalnu intenciju i sokratovski dijalog – logoterapija vodi čovjeka ka susretu sa samim sobom, sa sopstvenim vrijednostima i vlastitim smislom. U konačnici, Franklova misao nas podsjeća da svijet ne počinje spolja, već iznutra — iz nas samih. Svaki pojedinac slobodnom voljom određuje hoće li djelovati u pravcu dobra ili zla, te time aktivno sudjeluje u neprekidnom procesu oblikovanja svijeta. U svojoj biti, svi ljudi — u većoj ili manjoj mjeri — tragaju za smislom postojanja, jer jedino kroz tu potragu život poprima stvarno značenje i prelazi granice puke egzistencije.

LITERATURA

- Frankl, V. (1987). *Nečujni vapaj za smislom* (R. Berghofer, Prev.). Naprijed.
- Frankl, V. (2019). *Bog podsvesti: Psihoterapija i religija* (D. Petrović, Prevod). Kontrast.
- Frankl, V. (2019). *Kako pronaći smisao života* (A. Đ. Milenković, Prevod). Kontrast.
- Frankl, V. (2019). *Psihoterapija i egzistencijalizam* (N. Dragojević & A. Đ. Milenković, Prevod). Kontrast.
- Frankl, V. (2019). *Zašto se niste ubili?* (V. Vesković Albulj, Prevod). Kontrast.
- Frankl, V. (2021). *Život uprkos svemu* (Nikola Matić, Prevod). Kontrast.
- Frankl, V. (2023). *Dati odgovor životu* (Aleksandra Kostić, Prevod). Kosmos.
- Frankl, V. (2023). *Patnja zbog života lišenog smisla* (Aleksandra Kostić, Prevod) Kosmos.
- Lukas, E. (2020). *Logotherapy: Principles and method* (H. Schönfeld, Ed.). Elisabeth-Lukas-Archiv gGmbH. (Originalno objavljeno 2014. na nemačkom jeziku kao Lehrbuch der Logotherapie: Menschenbild und Methoden od Profil Verlag GmbH)
- Costello, S. J. (2019). *Applied logotherapy: Viktor Frankl's philosophical psychology*. Cambridge Scholars Publishing.
- Gradečak, K. (2025). *Ontološka razmatranja u djelu V. Frankla*. *Studia Lexicographica*, 19(36), 149–160. DOI:10.33604/sl.19.36.6
- Milinković, D., & Stojanović, G. (2023). Problem zla u egzistencijalističkoj književnosti Fjodora Dostojevskog i Albiera Kamija. U *Pojam zla i njegove manifestacije* (str. 121–141). Srpski filozofski simpozijum SoFoS.
- Stojanović, G. (2013). Personalistička etika Maksa Šelera. *Radovi (časopis za humanističke i društvene nauke)*, 18, 187–202. Filozofski fakultet Banja Luka. [doi/10.7251/RAD1302187S](https://doi.org/10.7251/RAD1302187S)

MEANING AS THERAPY: PHILOSOPHICAL FOUNDATION OF VIKTOR FRANKL'S LOGOTHERAPY

Author: ANABELA ZRNIC

Email: anabela.zrnic@student.ff.unibl.org

Mentor: Assoc. Prof. Goran Stojanović

Faculty of Philosophy, University of Banja Luka

Introduction: Viktor Frankl, an Austrian psychiatrist and the founder of logotherapy, shaped his thought under the strong influence of existential philosophy and personal experience in a concentration camp. His conviction that the search for meaning is the fundamental human motivation is grounded in philosophical tradition and directed toward concrete therapeutic implications. In a time when philosophical therapy and its significance for mental health are increasingly discussed, Frankl's work gains renewed relevance.

Aim: The aim of this paper is to demonstrate how Frankl's logotherapy is simultaneously the fruit of philosophical wisdom and psychiatric practice, with particular emphasis on its relevance for contemporary psychotherapy and philosophical anthropology. In addition, one segment of the paper is specifically devoted to the role of suffering and freedom of choice in shaping the human personality, highlighting how, precisely through confronting suffering and the ability to make a free and conscious choice, the individual finds a deeper meaning of existence and becomes the subject of their own life.

Materials and Methods: This paper employs qualitative analysis to study primary and secondary sources in order to understand the theoretical and practical aspects of logotherapy. The analytical method breaks down key concepts and critically examines the role of the spiritual dimension, while the synthetic method compares and connects Frankl's views with those of other thinkers to create a comprehensive approach.

Results: The paper shows that Viktor Frankl's logotherapy transcends the boundaries of classical psychotherapy by integrating philosophical, psychological, and anthropological aspects in the understanding of the human being. Particular emphasis is placed on the importance of the noological dimension and the three key therapeutic techniques, which contribute to a deeper confrontation with suffering and the search for meaning.

Conclusion: Viktor Frankl represents an authentic thinker who bridges the divide between philosophy and psychiatry. His logotherapy is not merely a therapeutic approach, but a call for deeper reflection on the human being, their freedom, responsibility, and quest for meaning.

Keywords: Viktor Frankl; logotherapy; meaning; existence; philosophical therapy